

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ  
УГЛИЧСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

РАССМОТРЕНА:

на заседании научно-методического  
совета ГПОУ ЯО Угличского  
индустриально-педагогического  
колледжа

Протокол № 1 от 26.09.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГПОУ ЯО Угличского  
индустриально-педагогического  
колледжа



Т.М. Смирнова

**Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Секреты успешного общения»**

Срок реализации: 4 месяца

Направленность: социально-педагогическое

Возраст обучающихся: 14-18 лет

Автор-составитель:

Ладнова Ю.Н., преподаватель  
профессиональных дисциплин и модулей

Углич, 2023 г.

## **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

### **«Секреты успешного общения»**

Программа имеет социально-педагогическую направленность и разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 24.03.2021 г.) «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»; Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413»; Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования; Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196).

**Организация-разработчик:** Государственное профессиональное образовательное учреждение Ярославской области Угличский индустриально-педагогический колледж

**Автор-составитель:**

\_\_\_\_\_

(подпись)

Ладнова Ю. Н.,  
преподаватель  
профессиональных  
дисциплин и модулей

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Актуальность программы**

Компетентность в сфере общения стала одной из главных составляющих высокого профессионального уровня. Искусство общения, знание психологических особенностей человека и применение методов и приемов необходимо сегодня каждому человеку. Умение строить отношения с людьми, находить подход к ним, располагать их к себе служит основой жизненного и профессионального успеха.

Дополнительная общеобразовательная программа предназначена для обучающихся 8-11 классов школ, а также студентов 1 курса, получающих среднее профессиональное образование, и направлена на развитие способностей адекватного и наиболее полного познания себя и других людей, на изучение и овладение приемами конструктивного межличностного взаимодействия, совершенствование коммуникативных навыков. Приобретенные умения будут необходимы для дальнейшей профессиональной деятельности.

Изучение программы «Секреты успешного общения» будет способствовать развитию умения строить свои отношения с окружающими, конструктивному повседневному общению.

Важный принцип преподавания данной программы – создание атмосферы доверия и свободного обмена мнениями.

### **1.2. Цель и задачи реализации программы**

**Цель:** создание условий для формирования у обучающихся базовых коммуникативных навыков.

**Задачи:**

- повысить уровень владения теоретическими основами общения;
- формировать стремление к самоопределению, самосовершенствованию, самовоспитанию и самореализации;
- формировать навыки межличностного конструктивного общения.

### **1.3. Уровень начальной подготовки**

Категория слушателей: обучающиеся 8-11 классов школ и студенты 1 курса, получающие среднее профессиональное образование.

### **1.4. Форма обучения**

Обучение данной программы проходит в очном формате. В программе достаточно много времени отводится на активные формы работы: участие в групповых обсуждениях, анализ результатов тестирования, моделирование ситуаций, тренинги, ролевые игры. Все это позволяет получить обратную связь, сформировать навыки самоанализа и анализа

чувств и интересов партнера по общению. Теоретическая часть программы сопровождается упражнениями для более полного изучения материала и проверки полученных знаний на практике. Во время прохождения теоретической части программы обучающимся предлагается пройти разнообразные тесты на выявление сторон общения: «Тест оценки коммуникативных и организаторских склонностей», «Три я», «Умеете ли вы оценивать себя?», «Умеете ли вы слушать?», «Умеете ли вы контролировать себя?», «Язык жестов и мимики», «Конфликтная ли вы личность?», «Стили разрешения конфликта», «Психометрический тест» и другие. Также на практических занятиях возможно применение показа видеоматериалов, использование психологических игр на общение: «Метафоры», «Метафорические ассоциативные карты», «Импровизация», словесная игра «5 запретов», «Кто есть, кто?», «Ребусы» и другие.

### 1.5. Срок и режим реализации

4 месяца, трудоемкость обучения – 36 часов. Из них 8 ч. - теория, 20 ч. - практика и 8 ч. отведено промежуточному контролю. В группах занятия длятся в течение 45 минут.

### 1.6. Особенности комплектования групп

Отбор обучающихся свободный, по желанию. Число в группах – 10-15 человек. Обучающиеся занимаются 2 раза в неделю.

## 2. Учебный план и календарный учебный график

### 2.1. Учебный план

№	Наименование модулей	Всего, час.	В том числе			Форма контроля
			лекции	практ. занятия	промеж. или итог. контроль	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>Вводное занятие.</b> Что изучает психология общения. Содержание и особенности учебного курса. «Давайте познакомимся!»	<b>1</b>		<b>1</b>		<b>входная диагностика</b>
1.	<b>Модуль 1. Я познаю себя</b>	<b>4</b>		<b>3</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
1.1.	Моя индивидуальность	1		1		
1.2.	Я в своих глазах и глазах других людей	2		2		
2.	<b>Модуль 2. Восприятие и понимание людьми друг друга</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>

2.1.	Мое первое впечатление. Межличностное восприятие	1	1			
2.2.	Восприятие себя и других	1		1		
3.	<b>Модуль 3. Средства общения</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
3.1.	Язык мимики, жестов; визуальный контакт	1	1			
3.2.	Межличностная дистанция, поза в общении	1	1			
3.3.	Отработка знаний и умений на выявление поведения и состояния собеседника по его мимике, жестам, визуальному контакту, дистанции и позе.	2		2		
4.	<b>Модуль 4. Искусство самопрезентации</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
4.1.	Психологические и физические зажимы	1	1			
4.2.	Я умею владеть собой	1		1		
4.3.	Психологические особенности публичного выступления. Структура выступления.	1	1			
4.4.	Выступление в формате TED	2		2		
4.5.	Импровизация	1		1		
4.6.	Мой личный бренд	2		2		
5.	<b>Модуль 5. Культура конструктивного общения</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
5.1.	Конструктивное общение. Что это?	1	1			
5.2.	Учимся активному слушанию	2		2		
5.3.	Психологические приемы расположения к	1		1		

	себе. Магия слов: как формулировать свои мысли					
6.	<b>Модуль 6. Психология конфликта</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
6.1.	Конфликт в общении и причины его возникновения	1	1			
6.2.	Стратегии поведения в конфликте	1		1		
6.3.	Конструктивное разрешение конфликтов	2		2		
7.	<b>Модуль 7. Этика и этикет общения</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
7.1.	Деловая этика и деловой этикет	1	1			
7.2.	Моя профессиональная этика	1		1		
8.	<b>Самостоятельное творческое задание «Я – гений общения!»</b>					Презентация /пост или видео
9.	<b>Проверка теоретических знаний</b>	<b>1</b>			<b>1</b>	тест
10.	<b>Обратная связь</b>					анкета
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	

## 2.2. Календарный учебный график

Дата, месяц	Наименование модулей/тема	Всего часов на модуль	Тип занятия	Форма контроля на платформе moodle
11.09	<b>Вводное занятие.</b> Что изучает психология общения. Содержание и особенности учебного курса. «Давайте познакомимся!»	<b>1</b>	лекция с элементами игры  практика	<b>входная диагностика</b> (мои ожидания от курса)

	<b>Модуль 1. Я познаю себя</b>	<b>4</b>		<b>зачет (1)</b>
14.09	Моя индивидуальность	1	практика	
18.09 21.09	Я в своих глазах и глазах других людей	2	тренинг	
	<b>Модуль 2. Восприятие и понимание людьми друг друга</b>	<b>3</b>		<b>зачет (1)</b>
25.09	Мое первое впечатление Межличностное восприятие	1	лекция с элементами игры	
28.09	Восприятие себя и других	1	тренинг	
	<b>Модуль 3. Средства общения</b>	<b>5</b>		<b>зачет (1)</b>
2.10	Язык мимики и жестов, визуальный контакт	1	лекция	
5.10	Межличностная дистанция, поза в общении	1	лекция	
9.10 12.10	Отработка знаний и умений на выявление поведения и состояния собеседника по его мимике, жестам, визуальному контакту, дистанции и позе.	2	практика	
	<b>Модуль 4. Искусство самопрезентации</b>	<b>9</b>		<b>зачет (1)</b>
16.10	Психологические и физические зажимы	1	лекция	
19.10	Я умею владеть собой	1	тренинг	
23.10	Психологические особенности публичного выступления. Структура выступления.	1	лекция с элементами дискуссии	
26.10 30.10	Выступление в формате TED	2	практика	
2.11	Импровизация	1	практика	
6.11 9.11	Мой личный бренд	2	практика	
	<b>Модуль 5. Культура конструктивного общения</b>	<b>5</b>		<b>зачет (1)</b>
13.11	Конструктивное общение. Что это?	1	лекция с элементами дискуссии	

16.11	Учимся активному слушанию	2	практика	
20.11				
23.11	Психологические приемы расположения к себе. Магия слов: как формулировать свои мысли	1	практика	
	<b>Модуль 6. Психология конфликта</b>	<b>5</b>		<b>зачет (1)</b>
27.11	Конфликт в общении и причины его возникновения	1	лекция	
30.11	Стратегии поведения в конфликте	1	практика	
4.12 7.12	Конструктивное разрешение конфликтов	2	тренинг	
	<b>Модуль 7. Этика и этикет общения</b>	<b>3</b>		<b>зачет (1)</b>
11.12	Деловая этика и деловой этикет	1	лекция с элементами дискуссии	
14.12	Моя профессиональная этика	1	тренинг	
декабрь	<b>Творческое задание «Я – гений общения!»</b>			Презентация /пост или видео
21.12	<b>Проверка теоретических знаний</b>	<b>1</b>		тест
25.12	<b>Обратная связь</b>			анкета
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>		

### 3. Содержание программы

#### **Вводное занятие (1 ч.).**

Лекция 1: Что изучает психология общения. Содержание и особенности учебного курса.

Практическое занятие с включением игр и упражнений: «Давайте познакомимся».

*Входная диагностика.*

#### **Модуль 1. Я познаю себя (4 ч.).**

Практическое занятие 1: Моя индивидуальность.

Практическое занятие 2: Я в своих глазах и глазах других людей.



*Зачет.*

**Модуль 2. Восприятие и понимание людьми друг друга (3 ч.)**

Лекция 1: Мое первое впечатление. Межличностное восприятие.

Практическое занятие в форме тренинга: «Восприятие себя и других».

*Зачет.*

**Модуль 3. Средства общения (5 ч.)**

Лекция 1. Язык мимики и жестов, визуальный контакт

Лекция 2. Межличностная дистанция, поза в общении

Практическое занятие 3: Отработка знаний и умений на выявление поведения и состояния собеседника по его мимике, жестам, визуальному контакту, дистанции и позе.

*Зачет.*

**Модуль 4. Искусство самопрезентации (9 ч.).**

Лекция 1: Психологические и физические зажимы.

Практическое занятие в форме тренинга: «Я умею владеть собой».

Лекция 2: Психологические особенности публичного выступления. Структура выступления.

Практическое занятие 1: Выступление в формате TED.

Практическое занятие 2: Импровизация.

Практическое занятие 3: Мой личный бренд.

*Зачет.*

**Модуль 5. Культура конструктивного общения (5 ч.)**

Лекция 1: Конструктивное общение. Что это?

Практическое занятие 1: Учимся активному слушанию.

Практическое занятие 2: Психологические приемы расположения к себе. Магия слов: как формулировать свои мысли.

*Зачет.*

**Модуль 6. Психология конфликта (5 ч.)**

Лекция 1: Конфликт в общении и причины его возникновения.

Практическое занятие 1: Стратегии поведения в конфликте.

Практическое занятие в форме тренинга: «Конструктивное разрешение конфликтов».

*Зачет.*

**Модуль 7. Этика и этикет общения (3 ч.)**

Лекция 1: Деловая этика и деловой этикет.

Практическое занятие в форме тренинга: «Моя профессиональная этика».

*Зачет.*

**Творческое задание.** Разработка и оформление презентации/поста/видео/ «Я - гений общения!» (форма представления на выбор).

**Проверка теоретических знаний (1 ч.).** Выполнение тестовой работы по программе.

**Обратная связь.** Заполнение анкеты удовлетворенности данной программой.

#### **4. Ожидаемые результаты**

*Обучающиеся будут анализировать и оценивать общение, а именно:*

- корректность речевого поведения;
- уместность использования вербальных и невербальных средств общения в устных высказываниях.

*Научатся общаться при решении риторических задач, в частности:*

- ориентироваться в ситуации общения, вступая в контакт и поддерживая его;
- уместно использовать средства общения.

*Обучающиеся курса получат возможность научиться:*

- понимать себя и других людей;
- вести конструктивную беседу;
- учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;
- бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми.

*Личностные результаты:*

- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- обучающийся получит возможность для формирования внутренней позиции;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

*Предметные результаты:*

- знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;
- знание правил работы в группе;
- знание способов разрешения конфликтных ситуаций;
- умения вести конструктивный диалог;

- умение определять жизненные цели и задачи.

*Метапредметные результаты:*

*Регулятивные УУД:* осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением; извлекать необходимую информацию из беседы и формулировать цель в совместной работе; учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях; осознавать свою долю ответственности за всё, что происходит; реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми; планировать цели и пути самоизменения.

*Познавательные УУД:* планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей; наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять; обогащать представления о собственных возможностях и способностях; учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения; оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости; учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта; перерабатывать информацию.

*Коммуникативные УУД:* ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии учиться; контролировать свою речь и поступки; учиться толерантному отношению к другому мнению; учиться самостоятельно решать проблемы в общении; осознавать необходимость признания и уважения прав других людей; формулировать своё собственное мнение и позицию; грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

## **5. Контрольно-измерительные материалы**

*Пример входной диагностики (мои ожидания от курса)*

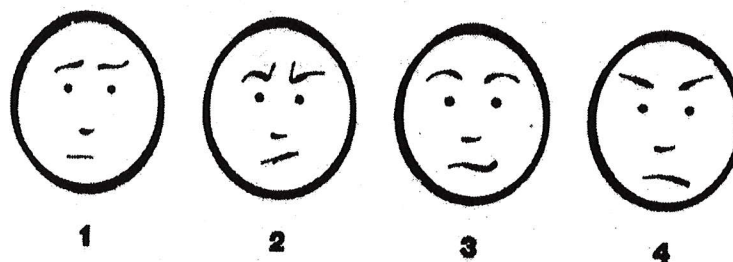
1. Почему ты решил изучать курс «Секреты успешного общения»?
2. Для тебя общение – это...
3. Что ты ждешь от данного курса?
4. Готов ли ты в дальнейшем участвовать в разработке и корректировке данного курса?

*Пример анкеты «Обратная связь» после завершения курса*

1. Какие темы вызвали у вас наибольший интерес?
2. С какими трудностями вы столкнулись при изучении данного курса? Каковы их причины, на ваш взгляд?
3. Считаете ли вы, что полученные знания будут полезны в вашей дальнейшей профессиональной деятельности? Аргументируйте свой ответ.
4. Ваши предложения по совершенствованию курса.

*Примерные вопросы на проверку знаний по курсу*

1. Приведите пример невербальных средств общения, по которым вы можете предположить, что контакт состоялся.
2. Приведите пример невербальных средств общения, по которым вы можете предположить, что контакт не сложился.
3. Приведите пример диагностических методик на изучение различных качеств и сторон общения.
4. Приведите пример упражнений на развитие невербальных средств общения.
5. Приведите пример, как паралингвистика может отрицательно повлиять на установление контакта с собеседником.
6. Приведите пример, как человек может пытаться манипулировать людьми. Сформулируйте советы, как противодействовать манипуляции.
7. Приведите пример педагогической ситуации, в которой, например, педагог может использовать приемы активного слушания.
8. Приведите примеры, как проявляется позиция «Ребенок» в межличностном общении. Дайте советы, например, педагогу, как работать с учащимся, у которого постоянно проявляется такая позиция.
9. Выделите достоинства и недостатки каждого из стилей поведения в конфликтной ситуации.
10. Особая форма восприятия и познания другого человека, основанная на формировании по отношению к нему устойчивого положительного чувства:
  - a. аттракция
  - b. перцепция
  - c. внимание
  - d. конформизм
11. Обмен информацией между участниками совместной деятельности - это есть:
  - a. перцептивный аспект общения
  - b. коммуникативный аспект общения
  - c. сензитивный аспект общения
  - d. интерактивный аспект общения
12. Определи эмоцию:



13. Рассмотрите рисунки. Что вы можете рассказать об эмоциональном состоянии людей по невербальным коммуникативным средствам? (напишите эмоциональное состояние людей и средства невербального общения, которые использовались в 3-х рисунках):

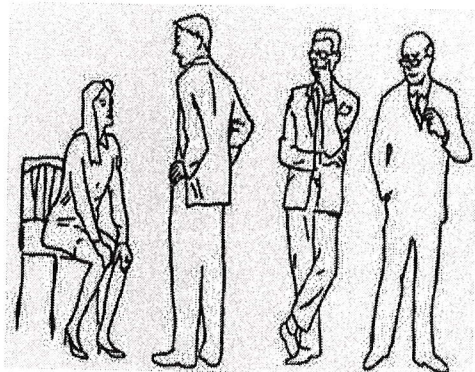


Рис.1

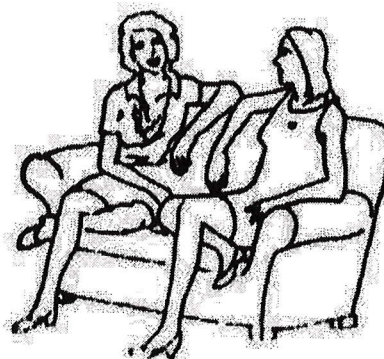


Рис.2

И другие вопросы, которые будут корректироваться в зависимости от понимания той или иной темы.

## 6. Формы аттестации

С целью облегчения контроля знаний в конце каждого модуля на платформе moodle (на сайте колледжа) помещен перечень вопросов для проверки знаний обучающихся, которая проходит по системе «зачет». Итоговая аттестация проводится в форме тестирования и защиты творческого задания.

### 7. Ресурсное обеспечение и список литературы

#### 7.1. Кадровые условия реализации программы

К реализации программы привлекаются преподаватели профессиональных дисциплин и модулей на специальностях, реализуемые в колледже, имеющие высшее педагогическое образование.

#### 7.2. Материально-технические условия реализации программы

Наименование помещения	Вид занятий	Наименование
------------------------	-------------	--------------

		оборудования, программного обеспечения
1	2	3
Аудитория	Лекции	Компьютер, мультимедийный проектор, экран, доска, флипчарт
Лаборатория, компьютерный класс	Практические занятия с применением упражнений, игр; тренинги, зачеты, тестирование	Оборудование, оснащение рабочих мест, канцтовары, видеоматериалы, психологические игры на общение

### 7.3. Учебно-методическое обеспечение программы

- печатные раздаточные материалы;
- учебные пособия и профильная литература (по списку);
- электронные ресурсы (по списку).

#### Учебные пособия и профильная литература:

1. Борисов, А.Ю. Роскошь человеческого общения. – Москва. – 2003. – 184 с.
2. Бороздина, Г.В. Психология общения: учебник и практикум для СПО. – Москва: Юрайт, 2016. – 463 с.
3. Ефимова, Н.С. Практикум по психологии общения. – Москва: ИД ФОРУМ, ИНФРА-М, 2012. – 192 с.
4. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных взаимоотношений. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 576 с.
5. Корягина, Н., Антонова, Н. В. Психология общения: учебник и практикум для вузов. – Москва: Юрайт, 2023. – 493 с.
6. Панфилова, А. П. Психология общения. – Москва: Академия, 2017. – 368 с.
7. Рогов, Е.И. Психология общения. - Москва: КноРус, 2018. – 260 с.
8. Смирнова, Е.Е. Курс для старших классов средней школы. – Санкт-Петербург: КАРО, 2005. – 336 с.

#### Профильные сайты:

1. Обучайтесь навыкам 21 века. – URL: <https://4brain.ru/>
2. Психология общения – URL: <https://psychologyofcommunication.jimdofree.com/>
3. Психологические тесты онлайн – URL: <https://testometrika.com/>