

## **Аннотация к факультативному курсу «Основы социализации личности» для 8 класса**

Рабочая программа курса составлена на основе Федерального Государственного образовательного стандарта, Федерального базисного учебного плана и программы Н.Р.Огневой, Л.А.Симоненко «Основы социализации личности».

Курс «Основы социализации личности» рассчитан для обучающихся **8-х классов**.  
Общее количество часов – 34 часа, 1 час в неделю.

Современные социально–экономические условия, характеризующиеся динамичным развитием, определяют новые требования к процессу социализации молодого поколения. Сегодня на первый план выдвигается идеальный образ успешного человека, обладающего большим потенциалом знаний и умений, которые он использует для достижения своих профессиональных и жизненных целей.

Процесс освоения индивидом ценностей, норм, установок присущих данному обществу начинается с рождения и продолжается в течение всей жизни. Активный период социализации личности приходится на период 14 – 16 лет. Поэтому на данном этапе могут возникать различные трудности и как следствие социальная дезадаптация.

Содержание учебного курса направлено на формирование умений и навыков, способствующих успешному взаимодействию с социумом:

- адекватная система отношений с окружающими;
- объективная оценка своего поведения в ситуации взаимодействия окружающими;
- получение установки на успешное взаимодействие в коллективе;
- адекватный уровень притязаний;
- мотивация достижения успеха.

**Цель курса:** Актуализация процессов личностного и профессионального самоопределения, включающего в себя получение знаний о себе и мире профессий.

### **Задачи:**

- Повышение психологической компетентности обучающихся за счёт развития уровня самосознания, выработки собственного мировоззрения, определение жизненной позиции;
- Формирование умения адекватно оценивать себя в ситуации взаимодействия с другими людьми;
- Развитие навыков эмоциональной и волевой саморегуляции;
- Формирование гибкости как качества личности;
- Развитие у обучающихся готовности выбирать тот или иной вариант профессионального будущего.

Программа курса рассчитана для обучающихся 8 классов общеобразовательной школы. Общее количество часов – 34 часа, 1 час в неделю.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **Тема № 1 «Введение в предмет» (2 часа)**

#### **1.«Психологические основы эффективного общения», 1 час.**

Определение целей и задач курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам эффективного общения, самопознания, эмоциональной и волевой саморегуляции, выбора профессии.

Проведение начальной диагностики.

Задачи диагностики: выявить группы риска (слабая степень социально – психологической адаптации, низкая самооценка) для последующей разработки и введения психокоррекционных программ.

Предмет диагностики: уровень самооценки (самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и деятельности);

Диагностический комплекс:

1) Тест на определение самооценки: «Самооценка по Будасси».

## **2. «Самопознание как процесс осмысления выбора профессии, 1 час.**

Мотивация обучающихся на самопознание, на процесс осмысления выбора профессии.

Проведение начальной диагностики.

Задачи диагностики:

- оценить возможности влияния курса на процесс личностного и профессионального самоопределения обучающихся;

Предмет диагностики:

- уровень притязаний (определяет во многом содержание целей, которые человек ставит перед собой и влияет на их адекватность);

Диагностический комплекс:

1) Тест на определение уровня притязаний: «Опросник Мехрабина».

## **Тема № 2 «Мои сильные и слабые стороны» (10 часов).**

### **«Мои сильные и слабые стороны», 2 часа.**

Внутренний мир человека и возможности его познания. Образ «Я», структура образа «Я» (знание о себе, самооценка, умение управлять собой).

Практические упражнения: «Знаешь ли ты?», «Предмет рассказывает о хозяине», «Кто ты?».

### **«Палитра способностей», 2 часа.**

Понятие «способности». Общепринятые и специальные способности.

Потенциальные (скрытые) возможности для развития способностей.

Диагностика способностей методика «КОС – 1».

### **«Почерк как качество личности», 2 часа.**

Знакомство с понятием графологии. Формирование навыка анализа почерка.

Практическое задание: «Охарактеризуй человека по почерку».

### **«Темперамент», 2 часа.**

Понятие «темперамент». Теория Гиппократа. Связь темперамента с типом высшей нервной деятельности (теория Павлова). Характеристика типов темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик). Темперамент и профессия.

Практическая работа: определение типа темперамента.

### **«Характер» Тест Т. Лири, 1 час.**

### **Заключительное занятие по теме: «Мои сильные и слабые стороны», 1 час.**

Методы самопознания и самовоспитания, программа развития.

Практические упражнения: «Мои достоинства», «Комплимент», «Самореклама».

## **Тема № 3: «Эмоциональная и волевая саморегуляция» (7 часов)**

### **1. «Эмоциональное состояние», 2 часа.**

Введение понятия «эмоции», «чувства», «воля». Значение эмоций, чувств, воли в жизни человека. Базовые эмоции. Формирование умения разрешать стрессовые и аффективные состояния.

Практические упражнения; «Список чувств», «Крокодил».

### **«Эмоциональное общение», 2 часа.**

Способы эмоционального общения: «поглаживание», «укол». Виды эмоционального «поглаживания»: поддакивание, комплимент, похвала, содружество и т.д. Виды эмоциональных «уколов»: демонстрирование безразличия, холодности, пренебрежения, насмешливые высказывания, высокомерные высказывания и т.д.

Практические упражнения на отработку положительного эмоционального общения и эффективного реагирования «Отрази укол».

#### **«Воля. Волевая регуляция, 2 часа**

Понятие «воля». Базовые волевые свойства: целеустремлённость – нецелеустремлённость; решительность – нерешительность; смелость – трусость; выдержанность – невыдержанность; самообладание – отсутствие самообладания; упорство – отсутствие упорства. Волевая саморегуляция: самоприказ, саморазъяснение, самокритика, самоубеждение.

Практические задания: тест «Оцените свою силу воли», мини – сочинение «Я и мои волевые качества».

#### **4. Заключительное занятие по теме: «Эмоциональная и волевая саморегуляция», 1 час.**

Сочинение на тему «Роль эмоций в моей жизни».

#### **Тема № 4: «Эффективное общение – залог успеха» (8 часов)**

##### **1. «Общение и конфликт», 2 часа.**

Введение понятия «общение». Виды общения. Невербальное и вербальное общение.

Функции общения: функция эмоционального общения, функция побуждения, функция информирования.

Основные стили общения: конвенциальный, примитивный, манипулятивный, актуализирующий, духовный.

Основные стратегии поведения в процессе взаимодействия: избегание, противодействие, сотрудничество, компромисс, уступчивость.

Практические упражнения: «Общительный ли Я», «Зеркало», «Эстафетная палочка».

##### **2. «Язык жестов», 2 часа.**

Работа с «психологическим атласом проявлений человеческого тела». Что «говорят» позы и жесты собеседника. Открытые и закрытые позы.

Практические упражнения на «чтение» языка жестов.

##### **3. «Техники эффективного общения», 2 часа.**

Основной порядок выслушивания. Открытые, закрытые вопросы. Техники эффективного общения: самораскрытие, отражение чувств, отражения значения, фокусировка, пересказ, поддержка, обратная связь, резюме.

Практические упражнения на отработку техник эффективного общения: «Возможные варианты беседы».

##### **4. «Основные каналы получения и переработки информации», 1 час.**

Каналы получения и переработки информации, различие между ними. Сенсорная типология (аудиалы, визуалы и киноэстетики). Необходимость учёта ведущих каналов во время общения и обучения. Практическое упражнение по определению собственного канала получения и переработки информации.

##### **5. Заключительное занятие по теме:**

##### **«Эффективное общение – залог успеха», 1 час.**

Определение личностных качеств важных для общения. Мини сочинение «Я и общение».

#### **Тема №5: «Профессиональный успех» (7 часов)**

##### **1. «Я выбираю профессию», 2 часа.**

Введение понятий: «профессиональное самоопределение», «специальность», «должность», «квалификация». Отличие от других видов деятельности. Интересы, склонности. Способности человека и их роль при выборе профессии. Здоровье и профессия. Профессиональная пригодность и её степени. Призвание.

Практические упражнения: «Ассоциации», «Кто он?», определение интересов и склонностей личности.

##### **2 «В мир профессий по компасу», 1 час.**

Профессиональная направленность. Профессиональная направленность личности по Дж. Голланду (исследовательский, конвенциональный, социальный, реалистичный, артистичный, предприимчивый).

Диагностика профессионального типа личности по Дж. Голланду.

### **3 «Знакомство с миром профессий», 1 час.**

Классификация профессий по Е.А. Климову. Характеристика типов профессий. Формула профессии.

Проведение диагностики: методика «ДДО» Е.А. Климова. Составление формулы подходящей профессии.

### **4 «Стратегия профессионального выбора», 2 часа.**

Схема построения профессионального образа будущего. Ошибки, сопутствующие выбору профессии. Построение прогноза престижных профессий.

Практическое упражнение: «Моды – 2».

### **5.«Итоговая диагностика эффективности курса», 1 час.**

Для оценки полученных знаний, необходимо провести контрольную работу по следующим вопросам:

1. Общение это –
2. Эффективной стратегией поведения в конфликте является –
3. Что, на ваш взгляд является помехами в общении?
4. Что является техниками эффективного общения?
5. Что такое эмоция?
6. Воля это –
7. Способностями называются:
8. Профессия это –
- 9.Для успешного выбора профессии необходимо-