

5-24

Департамент образования и науки Костромской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Костромской области
«Дворец творчества»



«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ
№18



О.В. Данилова
печать
Приказ № 69 от 03 09 2018
года

Принята
педагогическим советом.
Протокол № 1
от « 03 » 09 2018
год

«Утверждаю»
Директор ГБУ «Дворец
творчества»



С.П. Иноземцева
печать
Приказ № 16 от
« 03 » 09 2018
года

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Психология общения»

Направленность: социально-педагогическая

Возраст обучающихся – 10-13 лет
Срок реализации программы: 1 год /68 (ч.)
Автор – Павлюченко Алёна Александровна,
педагог дополнительного образования

Кострома, 2018 г.

Департамент образования и науки Костромской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Костромской области
«Дворец творчества»



«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ
№18

О.В. Данилова
печать

Приказ №____ от
«____» _____ 2018
года

Принята
педагогическим советом.
Протокол № _____
от «____» _____ 20____
год

«Утверждаю»
Директор ГБУ «Дворец
творчества»

С.П. Иноземцева
печать

Приказ №____ от
«____» _____ 2018
года

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Психология общения»

Направленность: социально-педагогическая

Возраст обучающихся – 10-13 лет
Срок реализации программы: 1 год /68 (ч.)
Автор – Павлюченко Алёна Александровна,
педагог дополнительного образования

Кострома, 2018 г.

Оглавление

1. Паспорт программы
1. Пояснительная записка
3. Учебный план
4. Содержание программы
5. Виды и формы аттестации
6. Обеспечение программы
7. Список литературы
8. Приложения

1. Паспорт программы

Направленность программы	социально-педагогическая
Наименование программы	«Психология общения»
Вид программы	Общеразвивающая
Основание разработки	-Конституция РФ; -Федеральный закон «Об образовании в РФ»; -Конвенция ООН «О правах ребенка»; -Устав ГБУ «Дворец творчества»; -Локальные и правовые акты ГБУ «Дворец творчества»
Заказчик программы	администрация ГБУ ДОКО «Дворец творчества»
Разработчик программы	Павлюченко Алёна Александровна, педагог дополнительного образования
Основная цель программы	создание условий для формирования и развития коммуникативной компетентности обучающихся
Основные задачи программы	познакомить обучающихся с базовыми понятиями психологии общения; сформировать у обучающихся мотивацию к самопознанию; сформировать у обучающихся навыки конструктивного общения; развивать навыки уверенного поведения обучающихся.
Исполнители программы	Павлюченко Алёна Александровна, педагог дополнительного образования
Сроки реализации	краткосрочная, 1 год
Возрастной диапазон занимающихся (возраст)	10-13 лет
Форма обучения	очная
Форма организации образовательного процесса	теоретические занятия и практикумы, тренинговые занятия, моделирование ситуаций, проектные работы, игры
Источники финансирования	Бюджетные средства
Ожидаемые результаты реализации программы	В результате освоения программы обучающиеся демонстрируют уровни коммуникативной компетентности: информационный, деятельностный и творческий.
Система организации и контроля за исполнением программы	Контроль и оценка результатов освоения образовательной программы осуществляется в ходе промежуточной и итоговой аттестации посредством: ✓ Педагогического наблюдения. ✓ Педагогического анализа результатов деятельности обучающихся. Результаты представляются в форме рейтинговой системы оценивания знаний.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Психология общения» *социально-педагогической направленности* разработана и реализуется в соответствии с Федеральным законом №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации», и с учетом *нормативно-правовой базы* в сфере образования в целом и дополнительного образования в частности.

Актуальность программы обусловлена рядом обстоятельств. Общение – основное условие гармоничного развития подростка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, направленный на познание и оценку самого себя посредством других людей. Общение со взрослыми и сверстниками даёт возможность подростку усваивать эталоны социальных норм поведения. В определённых жизненных ситуациях школьник сталкивается с необходимостью подчинить своё поведение моральным нормам и требованиям. Поэтому важным моментом в нравственном развитии подростка становится знание норм общения и понимания их ценности и необходимости.

Общение выполняет многообразные функции в жизни людей. Основными из них являются: организация совместной деятельности людей (согласование и объединение людей, их усилий для достижения общего результата); формирование и развитие межличностных отношений (взаимодействие с целью налаживания отношений); познание людьми друг друга.

Программа «Психология общения» направлена на формирование и развитие коммуникативной компетентности учащихся 5-7 классов, а также развития личности подростков посредством межличностного общения.

В процессе развития коммуникативных навыков большое внимание уделяется формированию личностных качеств подростков, их чувствам, эмоциям, их духовному миру. Содержание курса опирается на принципы педагогического оптимизма, гуманизма, направленного на воспитание у обучающихся уважительного отношения к себе и окружающим, терпимого отношения к мнению собеседника, умения пойти на компромисс в нужной ситуации.

Отличительная особенность программы обусловлена ее педагогической целесообразностью. Являясь важной составляющей гуманитарного образования, представленный курс социально-гуманитарных знаний становится для школьников источником формирования норм поведения, понимания и признания ценностей, этических норм коммуникации.

Цель: создание условий для формирования и развития коммуникативной компетентности обучающихся

Задачи:

познакомить обучающихся с базовыми понятиями психологии общения;
сформировать у обучающихся мотивацию к самопознанию;
сформировать у обучающихся навыки конструктивного общения;
развивать у обучающихся навыки уверенного бесконфликтного поведения в среде сверстников.

При написании программы для подростков мы руководствовались следующими **принципами:**

- принцип доступности, учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся;
- принцип рационального сочетания индивидуального и коллективного образования: образовательный процесс в большинстве случаев осуществляется в коллективе учащихся, поэтому необходимо организовать деятельность таким образом, чтобы в коллективе формировались и развивались положительные, гуманистические традиции и не подавлялись индивидуальные качества каждой отдельной личности;
- принцип взаимосвязи образования с социальной практикой: программа содержит практические задания, творческие работы, в процессе выполнения которых у учащихся

формируется умение правильно применять теоретические знания для решения конкретных вопросов;

– принцип оптимального выбора методов, форм и средств образования: при разработке занятий выбраны оптимальные для учебного содержания и группы методы, формы и средства образования;

– принцип комплексного подхода к образованию, который предполагает наряду с формированием знаний, умений и навыков, изменение мотивационно-ценностной сферы учащихся, создание условий для развития способностей к рефлексии, саморазвитию, самовоспитанию;

Организация образовательного процесса

Участники программы. Программа реализуется в течение четырех месяцев, и предполагает освоение дисциплины в соответствии с индивидуальными и психофизиологическими особенностями подростков в возрасте от 10 до 13 лет.

Срок освоения программы: 1 год/68 часов.

Режим занятий. Занятий проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа. Академический час составляет 45 минут.

Формы обучения и виды занятий. Форма обучения по программе – очная. Форма организации образовательного процесса: групповая.

Организация образовательного процесса базируется на сочетании различных **методик и педагогических технологий**, которые определяют виды занятий, а также их формы и методы, применяемые в ходе проведения занятий.

Используемые педагогические технологии

Технология	Ожидаемый результат	Практическое применение
Технология критического мышления	Развитие навыков самостоятельной продуктивной деятельности по выработке собственного мнения решения проблемы. -Повышения интереса к процессу обучения и активного восприятия учебного материала; - культуры письма: формирования навыков написания текстов различных жанров; - информационной грамотности: развития способности к самостоятельной аналитической и оценочной работе с информацией любой сложности; - социальной компетентности: формирования коммуникативных навыков и ответственности за знание.	- «устный конспект», - построение схем, - составление планов ответа, изучение логики эссе: тема – контекст – проблема – аргументы – вывод. - инсерт; - мозговая атака; - чтение с вопросами; - синквейны, - «продвинутая лекция», - эссе, - ключевые термины, - перепутанные логические цепочки, - взаимопрос.
Технология проектного обучения	Умение взаимодействовать в команде, распределять роли. Умения конструировать собственные знания, ориентироваться в информационном пространстве. Презентация результатов собственной деятельности.	Через создание проектов разного вида: Учебные, информационные, исследовательские, творческие, ролевые, игровые.
ИКТ – технологии	Экономия времени, наглядность,	Презентации MS PowerPoint

	своевременный индивидуальный и фронтальный контроль усвоения темы, раздела. Повышение познавательного интереса обучающихся, создание ситуации успешности на уроке.	как лекции, задания, наглядность. Работа в сети Интернет по поиску, классификации информации при создании проектов, изучения новой темы.
Технология интерактивного обучения	Постоянное, активное взаимодействие всех учащихся.	Моделирование жизненных ситуаций, использование ролевых и деловых игр, совместное решение проблем через работу в парах, дискуссии, дебаты.

Программа предполагает сочетание следующих **форм и методов** образования.

Формы занятий:

1. упражнения с элементами тренинга,
2. беседы,
3. ролевые игры (сюжетно-ролевые, словесные, музыкальные, подвижные),
4. дискуссии.

Методы:

1. проигрывание и анализ жизненных ситуаций,
2. упражнения творческого характера (рисование, импровизации),
3. психологические игры,
4. решение коммуникативных речевых задач,
5. работа в парах,
6. интервью.

Планируемые результаты программы

В результате освоения программы у учащегося должны быть сформированы следующие уровни компетентности:

1. Информационный уровень компетентности

Обучающийся умеет извлекать из текста информацию в соответствии с коммуникативной задачей. Умеет использовать речь для регуляции своего поведения. Умеет задавать вопросы. Умеет оформлять свои мысли в устной и письменной форме с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций. Может критично относиться к своему мнению.

2. Деятельностный уровень компетентности.

Обучающийся умеет участвовать в диалоге, слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки. Умеет отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета, аргументировать свою точку зрения. Умеет учитывать разные мнения. Умеет договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Умеет контролировать действия партнера.

3. Творческий уровень компетентности.

Обучающийся умеет адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологические высказывания, владеет диалогической формой коммуникации. Умеет сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи). Умеет выбирать стратегию решения; строить и проверять элементарные гипотезы.

3. Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теория	Практика	Форма контроля/аттестации
1.	Раздел 1. Я — ты — группа.	6 ч.	3	3	Собеседование
2.	Раздел 2. Учимся общаться.	8 ч.	4	4	Педагогическое наблюдение
3.	Раздел 3. Конфликты: конкуренция или сотрудничество.	10 ч.	5	5	Контрольное задание
4.	Раздел 4. «Другие».	8 ч.	4	4	Тренинговые упражнения
5.	Раздел 5. Мои друзья.	10 ч.	5	5	Опрос
6.	Раздел 6. Я — взрослый?	8 ч.	4	4	Проект
7.	Раздел 7. Наши сильные чувства.	8 ч.	4	4	Контрольное задание
8.	Раздел 8. Кто я?	8 ч.	4	4	Тренинговые упражнения
9.	Зачет	2 ч.	1	1	Зачет
	Итого	68	34	34	

4. Содержание программы

Раздел 1. Я – ты – группа. Формирование групповой сплоченности, нахождение для каждого места в группе, его собственной неповторимой роли. Внимание к себе и своим чувствам: что происходит с тобой, как ты это понимаешь? Умение сказать о своих чувствах другому. Умение обратиться с просьбой к другому. Групповые правила. Формирование адекватной самооценки.

Раздел 2. Учимся общаться. Общение «снизу», «сверху», «на равных». Доверие. Взаимодействие. Умение слушать и слышать другого, делать так, чтобы слышали тебя.

Раздел 3. Конфликты: конкуренция или сотрудничество. Понимание интересов разных сторон в конфликте. Наши чувства в конфликте. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Причины конфликтов. Конструктивное поведение в конфликте.

Раздел 4. «Другие». Подростковая толерантность. Как принять другого человека, непохожего на меня? Что делать, если я не похож на других? Как найти понимание с «не нашей» компанией? Взаимодействие со старшими — родителями, учителями и с младшими — братьями, сестрами.

Раздел 5. Мои друзья. Доверие — недоверие в дружбе. Ревность, зависть. «Треугольники» — появление третьего в парных отношениях. Умение прекратить унижающие отношения. Умение сказать «нет».

Раздел 6. Я — взрослый? Ценности и трудности мира взрослых. В чем я уже взрослый, а в чем — еще нет? Умение брать ответственность и снимать ее, если невозможно нести. Умение поставить цель и довести до конца задуманное дело. Проблемы выбора и умение его сделать.

Раздел 7. Наши сильные чувства. Умение опираться на свои чувства: осознавать, что чувствуешь, принимать свои чувства, выражать их, не причиняя вреда себе и окружающим. Умение справляться с гневом и страхом. Умение расшифровывать послания, которые несут в себе чувства. Умение сказать о своих чувствах.

Раздел 8. Кто я? Мои особенности, сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки. Мои способности и склонности. Я — глазами других людей. Умение опираться на себя. Нахождение собственных ресурсов.

5. Виды и формы аттестации

Контроль и оценка результатов освоения образовательной программы осуществляется в начале года, а также в ходе промежуточной и итоговой аттестации посредством:

- ✓ Собеседования
- ✓ Педагогического наблюдения, опроса, контрольного задания
- ✓ Контрольного занятия, зачет, педагогический анализ результатов деятельности обучающихся.

Результаты представляются в форме рейтинговой системы оценивания знаний.

Виды контроля		
Время проведения	Цель проведения	Виды контроля
Начальный или входной контроль		
В начале учебного года	Определение уровня развития детей, их творческих способностей	Собеседование
Текущий контроль		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности воспитанников в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание
Итоговый контроль		
В конце учебного года или курса обучения	оценка качества усвоения учащимися содержания образовательной программы в середине учебного года оценка учащимися уровня достижений, заявленных в образовательной программе по завершении образовательного курса программы.	Промежуточная аттестация: контрольное занятие Итоговая аттестация: зачет

Форма оценки: уровень (высокий, средний, низкий).

Параметры оценки и методика подсчета результата по каждому параметру.

1. Ответы на вопросы педагога

Обучающемуся предлагается ответить на 10 вопросов. Каждый правильный ответ оценивается в 10 баллов, частично правильный – в 5 баллов, неправильный – 0 баллов. Максимальное количество баллов, которое может набрать учащийся – 100 баллов.

2. Оценка выполнения контрольного задания (правильно, решение задание предоставлено не полностью, неправильно)

3. Посещение занятий учащимся

Пропуск занятий оценивается в процентах от общего количества (не считая пропусков по уважительным причинам). Максимальный показатель – 100%.

Уровень	Критерии оценки
Высокий	Ответы учащегося оценены на 81-100 баллов, ситуационная задача решена правильно, учащийся подобрал нестандартный способ решения предложенного задания, у учащегося отсутствуют пропуски занятий без уважительной причины.
Средний	Ответы учащегося оценены на 51-80 баллов, ситуационная задача решена правильно, стандартным образом, учащийся пропустил не более 10% учебных занятий.
Низкий	Ответы учащегося оценены на 30-50 баллов, ситуационная задача решена не полностью, или неправильно, учащийся пропустил не более 30% учебных занятий.

Результаты промежуточной и итоговой аттестации отражают динамику индивидуальных образовательных достижений учащихся в соответствии с планируемыми результатами освоения дополнительной общеразвивающей образовательной программы.

6. Обеспечение программы

Кадровое обеспечение. Программа реализуется педагогом дополнительного образования.

Методическое обеспечение программы.

1. Создана необходимая методическая база.
2. Разработана система мониторинга, позволяющая отслеживать результаты освоения программы учащимися.
3. Полностью укомплектована учебная и методическая литература по всем годам обучения, включая лучшие издания по психологии подростков разного возраста.

Материально-техническая база.

Программа реализуется за счет бюджетных источников финансирования.
Для реализации программы учреждением предоставлен кабинет, оснащенный необходимым для проведения занятий комплектом мебели и мультимедийного оборудования.

7. Список литературы

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 4 классе. – М.: Генезис
2. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Осъ – 89, 2001.
3. Жизненные навыки. Уроки психологии в 5-6 классах. Под ред.С.В. Кривцовой.- М.: Генезис, 2012.
4. Останина Н., Вертипрахова С. Я и школа. Программа развития адаптивных возможностей учащихся при переходе в среднее звено // Школьный психолог, №4, 2003.
5. Слободяник Н. Уроки общения для младших подростков
6. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? (1-4 ч.) М., 1998.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6 классы). М.: Генезис, 2006.

8. Приложения

Приложение 1

Календарный учебный график

№ пп	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1.	сентябрь	18		беседа	2	Раздел 1. Формирование групповой сплоченности	МБОУ СОШ №18
2.	сентябрь	25		ролевая игра	2	Внимание к себе и своим чувствам	МБОУ СОШ №18
3.	октябрь	2		собеседование	2	Групповые правила. Формирование адекватной самооценки.	МБОУ СОШ №18
4.	октябрь	9		лекция	2	Раздел 2. Учимся общаться.	МБОУ СОШ №18
5.	октябрь	16		тренинговые упражнения	2	Общение «снизу», «сверху», «на равных».	МБОУ СОШ №18
6.	октябрь	23		дискуссия	2	Доверие. Взаимодействие.	МБОУ СОШ №18
7.	октябрь	30		педагогическое наблюдение	2	Умение слушать и слышать другого	МБОУ СОШ №18
8.	ноябрь	6		дискуссия	2	Раздел 3. Конфликты: конкуренция или сотрудничество.	МБОУ СОШ №18
9.	ноябрь	13		тренинговые упражнения	2	Понимание интересов разных сторон в конфликте.	МБОУ СОШ №18
10.	ноябрь	20		дискуссия	2	Наши чувства в конфликте.	МБОУ СОШ №18
11.	ноябрь	27		лекция	2	Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.	МБОУ СОШ №18
12.	декабрь	4		контрольное задание	2	Причины конфликтов. Конструктивное поведение в конфликте.	МБОУ СОШ №18
13.	декабрь	11		опрос	2	Раздел 4. «Другие». Подростковая толерантность.	МБОУ СОШ №18
14.	декабрь	18		беседа	2	Принятие другого	МБОУ СОШ №18
15.	декабрь	25		ролевая игра	2	Как найти понимание с «не нашей» компанией?	МБОУ СОШ №18
16.	январь	8		тренинговые	2	Взаимодействие	МБОУ СОШ №18

				упражнения			
17.	январь	15		лекция	2	Раздел 5. Мои друзья.	МБОУ СОШ №18
18.	январь	22		тренинговые упражнения	2	Доверие — недоверие в дружбе.	МБОУ СОШ №18
19.	январь	29		дискуссия	2	Ревность, зависть.	МБОУ СОШ №18
20.	февраль	5		дискуссия	2	«Треугольники» — появление третьего в парных отношениях.	МБОУ СОШ №18
21.	февраль	12		опрос	2	Умение сказать «нет».	МБОУ СОШ №18
22.	февраль	19		тренинговые упражнения	2	Раздел 6. Я — взрослый? Ценности и трудности мира взрослых.	МБОУ СОШ №18
23.	февраль	26		дискуссия	2	Взрослость	МБОУ СОШ №18
24.	март	5		лекция	2	Умение поставить цель и довести до конца задуманное дело.	МБОУ СОШ №18
25.	март	12		проект	2	Проблемы выбора и умение его сделать.	МБОУ СОШ №18
26.	март	19		опрос	2	Раздел 7. Наши сильные чувства.	МБОУ СОШ №18
27.	март	26		беседа	2	Умение справляться с гневом и страхом.	МБОУ СОШ №18
28.	апрель	2		ролевая игра	2	Интерпретация чувств	МБОУ СОШ №18
29.	апрель	9		контрольное задание	2	Умение сказать о своих чувствах.	МБОУ СОШ №18
30.	апрель	16		лекция	2	Раздел 8. Кто я? Мои особенности	МБОУ СОШ №18
31.	апрель	23		тренинговые упражнения	2	Мои способности и склонности.	МБОУ СОШ №18
32.	апрель	30		дискуссия	2	Я – глазами других людей.	МБОУ СОШ №18
33.	май	7		тренинговые упражнения	2	Нахождение собственных ресурсов	МБОУ СОШ №18
34.	май	14		зачет	2	Зачет	МБОУ СОШ №18

Оценочные материалы

Контрольные задания

Задание 1. Я – ты – группа.

Ребята, сейчас вам предстоит стать актерами интерактивного театра и поучаствовать в постановке под названием «Необычный день пятиклассника (или шестиклассника, в зависимости от возраста)». Каждый участник получит какую-то роль, но знать сценарий спектакля вы не будете. Ваша задача будет состоять в следующем: необходимо очень внимательно слушать ведущего, который зачитывает сценарий постановки. Как только вы услышите название своей роли, вы должны немедленно выйти на сцену, и сделать, или изобразить то, что говорит в это время ведущий. Роли будут очень разные – в том числе и неодушевленных предметов. Тем не менее, сыграть их нужно, как можно ярче, так, чтобы они всем запомнились.

Роли:

1. Вася
2. Телефон Васи
3. Портфель Васи
4. Учитель математики
5. Учитель физкультуры
6. Дверь в учительскую
7. Весь класс
8. Строптивые и не очень парты
9. Двойка по истории
10. Учитель истории
11. Пятерка по истории
12. Портрет исторического деятеля

Задание 2. Учимся общаться.

Подготовка к заданию: на расстоянии не меньше двух метров на стены прикреплены таблички «да», «нет», «может быть».

«Сейчас я буду произносить спорные утверждения или вопросы, и предлагаю каждому из вас высказать свое отношение к ним. Если вы согласны с утверждением, то встаете под табличку «да», если не согласны под табличку «нет», если неуверенны и сомневаетесь под табличку «может быть». Когда все определятся с ответом, каждый может высказать свое мнение, объяснить свою позицию.

1. Машина не роскошь, а средство передвижения.
2. Единственный способ одержать победу в споре – уклониться от него.
3. Говорить правду – терять дружбу.
4. Человек – звучит гордо.
5. Жизнь – это игра.
6. Можно ли поступиться принципами?
7. Нужно жить для себя.
8. Мужчины – сильный пол.
9. Всегда ли нужно высказывать человеку мнение о нем?
10. Цель оправдывает средства.
11. Всегда ли добро побеждает зло?
12. Лучше горькая правда, чем сладкая ложь.

13. На чужих ошибках учатся.
14. Деньги решают все.
15. Нет ничего невозможного.
16. Каждый человек – эгоист.
17. Я мог бы уехать за границу навсегда.
18. У женщин равные права с мужчинами.
19. На все вопросы, прозвучавшие здесь, я отвечал честно.

Задание 3. Конфликты: конкуренция или сотрудничество.

Вам предложены разные ситуации, часто встречающиеся в жизни. После выбора ситуации, вам необходимо разыграть сценку в двух вариантах. Первый вариант должен быть таким, при котором проявлялись бы качества, необходимые для успешного разрешения ситуации. Второй вариант должен показывать стратегию поведения, которая меньше всего подходит для данной ситуации и способствует усилению конфликта.

Ситуации для проигрывания

1. Купленный вами накануне товар не вполне вас устраивает, и вы просите продавца обменять его.
2. Кто-то пытается пройти вне очереди без всяких оснований, вы препятствуете этому.
3. Вы очень торопитесь и просите согласия стоящих в очереди людей пропустить вас вперед.
4. Вы отказываете коллеге, который все время стремится переложить на вас часть своей работы.
5. Вы просите коллегу подменить вас на рабочем месте на какое-то время.
6. Соседка часто мешает вам своими разговорами. Вы объясняете ей это.
7. Вы выражаете члену своей семьи возмущение тем или иным поступком. Говорите о том, что чувствуете, переживаете, не оценивая этот поступок в целом.
8. Настаиваете на том, что будете выполнять домашние обязанности в то время, которое удобно для вас.
9. В споре с членами своей семьи найдите компромиссный вариант, попытайтесь убедить их в его целесообразности.

Задание 4. «Другие».

Каждый участник получает список пассажиров поезда. Нужно отметить трех человек из этого списка, с которыми они меньше всего хотели бы оказаться в одном купе, и трех самых предпочтительных попутчиков. Необходимо аргументировать свой выбор.

Список пассажиров

1. Цыганка
2. Скинхед
3. Неаккуратно одетая женщина с маленьким ребенком
4. Кавказец-мусульманин
5. Человек из деревни с большим мешком
6. Африканский студент
7. Бывший заключенный
8. Таджик в национальной одежде
9. Инвалид со складной коляской
10. Китаец, который ест сильно пахнущую еду
11. Человек, говорящий на непонятном языке

Задание 5. Мои друзья.

5.1. Ответьте письменно на вопросы:

1. Сталкивался ли ты в своей жизни с ситуациями, когда тебя не понимали? В Отношениях с кем это происходило?
 2. Бывало ли так, что ты не понимал человека?
 3. Как тебе кажется, что чувствует человек, которого не понимают?
 4. А как чувствует себя тот, кто не понимает?
- 5.2. Инструкция: В центре листа напишите «я», а вокруг имена людей, которые вас окружают. Люди могут находиться на разном расстоянии от центра в зависимости от близости отношений с ними. После завершения работы выделите цветом тех, с кем у вас противоречивые, сложные отношения.

Раздел 6. Я — взрослый?

Участникам предлагается на несколько минут перенестись в свое будущее и представить себя совсем взрослым. «Представьте, что вы совсем взрослые, Подумайте, как вы могли бы выглядеть, какие у вас были бы интересы и радости, печали и успехи. Что вам, взрослому, хотелось бы вернуть из своего детства? Чего вам, может быть, не хватает? Что вам вспоминается как самое светлое в вашем детстве?» Участникам предлагается зафиксировать свои размышления в рисунке. Рисунок может быть схематичным.

Раздел 7. Наши сильные чувства.

Перечислите чувства людей, не менее 15 штук. Нарисуйте схему выражения чувств. Проведите опрос в группе «Больше всего я боюсь...», подведите итоги опроса, переведите получившиеся результаты в %.

Раздел 8. Кто я?

Участники делятся на подгруппы таким образом, чтобы оказаться вместе с теми людьми, которых они хорошо знают и которые знают их. Участники по очереди водят. Водящий уходит за дверь с листком бумаги и ручкой. Пока его не позовут, он пытается представить и записать, что о нем думает группа, каким она его видит. В это время группа думает над тем же, каким они видят этого человека. Мнения зачитываются, совпадения фиксируются. Чем больше совпадений, тем выше результат конкретного участника.