Министерство образования Красноярского края
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОЯРСКИЙ ТЕХНИКУМ ПРОМЫШЛЕННОГО СЕРВИСА»

660003, г. Красноярск, ул. Ак. Павлова, 23
Телефон: (391) 2-180-697, 2-180-694, 2-180-696 **Факс**: (391) 262-82-52,
E-mail: adm@ktps24.ru
ИНН/КПП 2461207843/246101001 ОГРН 1092468042578

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Теоретических занятий по «Сохранению психологического здоровья молодежи и профилактики конфликтности».

ВЫПОЛНИЛ – педагог дополнительного образования

Краснопеев Дмитрий Валерьевич

„утверждена"
на заседании
Педагогического
совета техникума
09.09.2019 г.

Согласовано:
Зав. отделением ДО
Байкалова Т.В.
09.09.2019 г.

г. Красноярск, 2019.

Пояснительная записка

Статус документа

Рабочая программа «**Сохранение психологического здоровья молодежи и профилактики конфликтности».** Составлена на основе методического пособия «Психология ранней юности» И.С. Кон, Москва, «Просвещение» 2017г. А также личного педагогического п преподавательского опыта Краснопеева Д.В.

Структура документа

Рабочая программа включает в себя следующие разделы:
- пояснительная записка;
- методическая организация учебного процесса;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- тематический план по предмету;
- основное содержание с расчленением часов по темам;
- информационно-методическое обеспечение;

Общая характеристика предмета

Проблема сохранения и укрепления психологического здоровья обучающихся, а так же создание условий, направленных на укрепление целостного здоровья молодежи, очень актуальны сегодня. Стремительные изменения в социально-экономической сфере, повышение темпов жизни и ее стоимости, экстремальные социо-экологические условия накладывают определенный отпечаток на состояние здоровья людей. Поэтому из приоритетных задач нового этапа реформирования системы образования становится сбережение и укрепление психологического здоровья, как подрастающего поколения, так и педагогического состава, поскольку охрана здоровья педагогов является важным фактором укрепления здоровья молодых людей. Наряду со знаниями, умениями, навыками и личностным ростом человека здоровье является одним из показателей качества образования. Опыт некоторых школ и учреждений среднего профессионального образования показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует укреплению здоровья обучающихся.

Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по созданию образовательной среды способствующей сохранению и укреплению психологического здоровья обучающихся.

Образовательная среда - понятие комплексное. В него входит все, что окружает юношей и девушек в техникуме: здание, оборудование, рабочая мебель, освещенность, режимы обучения, прохождения производственной практики, учебные программы и способы их реализации, объем дневной и недельной учебной нагрузки, взаимоотношения с преподавателями и сверстниками.

В уставе Всемирной организации здоровья (ВОЗ) здоровье определяется как полное телесное, душевное и социальное благополучие, а не только как отсутствие болезней или недомоганий. Это определение показывает, что здоровье человека является целостным многомерным понятием, в структуру которого входят соматические, психические, социальные и нравственные компоненты:

1. Физическое здоровье – состояние всех органов и систем организма, высокий уровень его резервных возможностей, отсутствие (или наличие) физических дефектов, хронических или генетических болезней.
2. Психоэмоциональное здоровье – состояние психики человека, отсутствие (или наличие) нервно-психических отклонений, а также умение человека выражать и контролировать свои эмоции.
3. Социальное здоровье – отношение человека как субъекта с социумом.
4. Интеллектуальное здоровье – способность усваивать и эффективно использовать нужную информацию.

5. Личностное здоровье – осознание себя как личности, способов самореализации.
6. Духовное здоровье – формирование основных жизненных целей, мотивов и систем ценностей, обеспечивая тем самым целостность личности, её развитие.

Здоровье сберегающий образовательный процесс – это соответствие факторов, сопровождающих образовательную деятельность (педагогических, психологических, социальных и др.) целям формирования, укрепления и сохранения здоровья. Формирование здоровье сберегающей среды в техникуме требует создания целостного здоровье сберегающего пространства, реализуемого в условиях взаимосвязи и взаимодействии всех блоков: управленческого, педагогического, психологического.

Одним из главных направлений по формированию здоровье сберегающего пространства является не только формирование здорового образа жизни обучающихся, но и профилактика асоциальных явлений в молодёжной среде. В числе мероприятий, направленных на профилактику асоциальных явлений, большую роль играет организация психолого-педагогической помощи по различным аспектам социально-психологических явлений. Решению этой задачи помогает настоящая рабочая программа.

Тематический план теоретической и практической подготовки содержит:
- 15 тем на 30 часов для студентов в группе:
- 4 темы на 6 часов для индивидуальной работы со студентами:
- 9 тем на 18 часов для педагогов:
- 9 тем на 18 часов для родителей студентов.

Цель программы – сохранения и укрепления психологического здоровья, формирования у молодежи принципов здорового образа жизни как главной ценности в достижения успеха.

Задачи программы:

1. Формировать у обучающихся систему представлений о психологическом здоровье и здоровом образе жизни, понимания их значимости.
2. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора обучающихся в области взаимодействия в социуме.
3. Обеспечить обучающихся и педагогический состав адекватными стратегиями и технологиями в направлении реализации сохранения и укрепления психологического здоровья молодежи.
4. Создать условия для обеспечения охраны здоровья обучающихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
5. Просвещение родителей в вопросах сохранения психологического здоровья детей.

Воспитание направленности на здоровый образ жизни, его подготовленность к сохранению и укреплению здоровья может быть сформирована на основе образовательных компетенций.

1. **Ценностно-смысловая компетенция**. Это компетенция в сфере мировоззрения, связанная с ценностными ориентирами молодых людей, его способностью видеть и понимать окружающий мир, ориентироваться в нём, уметь выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения, направленные на сохранение и укрепление своего здоровья;
2. **Общекультурная концепция**. Круг вопросов, по отношению к которым обучающиеся должны быть хорошо осведомлены, обладать познаниями и опытом деятельности (особенности национальной и общечеловеческой культуры, духовно-нравственные основы жизни человека, культурологические основы семейных, социальных, общественных явлений и традиций);
3. **Учебно-познавательная компетенция**. Это совокупность компетенций обучающихся в сфере самостоятельной познавательной деятельности, элементы логической, методологической, общеучебной деятельности, соотнесённые с реальными познаваемыми объектами. Сюда входят знания и умения организации, целеполагания, планирования, анализа, самооценки своего здоровья;

4. **Информационная компетенция**. При помощи технических средств и информационных технологий формируются умения самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию о сохранении здоровья;

5. **Коммуникативная компетенция**. Включает знание способов взаимодействия с окружающими людьми, навыков работы в группе, обеспечивающие взаимное сохранение здоровья;

6. **Социальная компетенция** означает владение знаниями и опытом в сфере общественного здоровья, в социально-трудовой деятельности, в сфере семейных отношений.

7. **Личностная компетенция** направлена на освоение способов физического, духовного и интеллектуального самосовершенствования, эмоциональной само регуляции и само поддержки своего личного психологического здоровья.

Участники программы

- Обучающиеся:
- классные руководители:
- мастера производственного обучения:
- преподаватели:
- родители и лица, их замещающие.

Прогнозируемый результат:

- формирование устойчивого интереса и потребностей к здоровому и активному образу жизни;
- приобретение обучающимися устойчивых навыков обеспечения безопасной жизнедеятельности как важного условия социализации личности;
- снижение групп социального риска с девиантными формами поведения;
- укрепление морально-психологического здоровья обучающихся, развитие их коммуникативной способностей, творческой инициативы и самостоятельности, нравственное совершенствование;
- повышение компетентности инженерно-педагогических работников в сохранении и укреплении личного психологического здоровья и здоровья обучающихся.
- Повышение стрессоустойчивости студентов и педагогов.

Координация и контроль за реализацией Программы.

Контроль за реализацией Программы осуществляет администрация техникума:

1) анализирует ход выполнения плана реализации Программы, вносит предложения по её коррекции;

2) осуществляет организационное, информационной и методическое обеспечение реализации Программы;

3) координирует взаимодействие всех заинтересованных общественных организаций по развитию системы сохранения и укрепления психологического здоровья обучающихся.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ В ГРУППАХ

№ темы	Наименование темы	Кол-во часов
1	«Успех и неудача в жизни»	2
2	«Типы конфликтного поведения»	2
3	«Мечта и успех в жизни»	2
4	«Рамки социальной и физиологической зрелости в современном мире»	2
5	«Патриотизм и толерантность»	2

6	«Профилактика национализма»	2
7	«Профилактика конфликтности»	2
8	« Меры предосторожности в обращении с огнестрельным оружием»	2
9	«Профилактика курения табака»	2
10	«Профилактика алкогольной зависимости»	2
11	«Профилактика наркотической зависимости»	2
12	«Психологическое противодействие грубой манипуляции»	2
13	« Ода позвоночнику»	2
14	«Формула конфликта»	2
15	«Формы амортизации в конфликте»	2
ИТОГО		**30**

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ индивидуально

№ темы	Наименование темы	Кол-во часов
1	«Повышение самооценки молодого человека»	1.5
2	«Окончание незаконченных конфликтов детства»	1.5
3	«Принципы успешного целеполагания»	1.5
4	«Визуализация успешных целей»	1.5
ИТОГО		**6**

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛМИ СТУДЕНТОВ

№ темы	Наименование темы	Кол-во часов
1	«Воспитание и образование»	2
2	«Типы конфликтного поведения»	2
3	«Профилактика внутриличностного конфликтного обострения у подростка».	2
4	«Уровни депривации и их влияние на контроль конфликтности»	2
5	«Психологическое противодействие грубой манипуляции»	2
6	«Формула конфликта»	2
7	«Формы амортизации в конфликте»	2
8	«Правила окончания конфликта в отношении подростка»	2
9	Тренинг на улучшение коммуникативных навыков	2
ИТОГО		**18**

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ С ПЕДАГОГАМИ ТЕХНИКУМА

№ темы	Наименование темы	Кол-во часов
1	«Воспитание и образование»	2
2	«Типы конфликтного поведения»	2
3	«Профилактика внутриличностного конфликтного обострения у подростка».	2
4	«Уровни депривации и их влияние на контроль конфликтности»	2
5	«Психологическое противодействие грубой манипуляции»	2
6	«Формула конфликта»	2
7	«Формы амортизации в конфликте»	2
8	«Правила окончания конфликта в отношении подростка»	2
9	Тренинг на улучшение коммуникативных навыков	2
ИТОГО		**18**

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ПРЕДМЕТА по
тематическому плану работы со студентами в группах

Тема 1. «Успех и неудача в жизни» ***- 2 часа***
1. *Развитие системного мышления*
2. *Взаимосвязь между твоими действиями и успешностью*
3. *Профилактика девиантного поведения.*

Тема 2. «Типы конфликтного поведения» ***- 2 часа***
1. *Конструктивный тип поведения в конфликте.*
2. *Деструктивный тип поведения в конфликте.*
3. *Конформный тип поведения в конфликте.*
4. *Принципы не адекватного поведения в конфликте.*

Тема 3. «Мечта и успех в жизни» ***- 2 час***
1. *Принципы успешного целеполагания.*
2. *Смысл жизни.*

Тема 4. «Рамки социальной и физиологической зрелости в современном мире» ***- 2 часа***
1. *Лестница социализации юноши.*
2. *Социализация девушки.*
3. *Формирование правильного взаимоотношения полов.*

Тема 5. «Патриотизм и толерантность»**– *2 часа***
1. *Определение патриотизма.*
2. *Определение толерантности.*
3. *Патриотизм и толерантность как качества успешной личности.*

Тема 6. «Профилактика национализма» **– *2 часа***
1. *Определение национализма.*
2. *Исторические примеры разрушительного воздействия национализма на социум.*

Тема 7. «Профилактика конфликтности» ***- 2 часа***
1. *Рассказ «Камышатченко», автор Краснопеев Д.В.*
2. *Рассказ «Валя», автор Краснопеев Д.В.*
3. *Выработка наиболее эффективного поведения в конфликте.*

Тема 8. « Меры предосторожности в обращении с огнестрельным оружием» ***- 2 часа***
1. *Принципы работы огнестрельного оружия.*
2. *Меры безопасности в обращении с огнестрельным оружием.*
3. *Меры защиты от нападения с применением огнестрельного оружия.*

Тема 9. «Профилактика курения табака» ***- 2 часа***
1. *Влияние никотина на молодой организм.*
2. *Способы освободиться от пагубной привычки.*

Тема 10. «Профилактика алкогольной зависимости» ***- 2 час***
1. *Влияние алкоголя на молодой организм.*
2. *Признаки алкогольной зависимости.*
3. *Профилактика алкоголизма.*

Тема 11. «Профилактика наркотической зависимости» ***- 2 часа***
1. *Влияние наркотических веществ на молодой организм.*
2. *Признаки наркотической зависимости.*
3. *Профилактика наркомании.*

Тема 12. «Психологическое противодействие грубой манипуляции» ***- 2 час***
1. Признаки манипуляции.
2. Действия деструктивных сект.
3. Приемы противодействия грубой манипуляции.

Тема 13. « Ода позвоночнику» ***- 2 часа***
1. *Признаки искривления позвоночника.*
2. *Профилактика искривления позвоночника.*

Тема 14. - «Формула конфликта»***2 часа***
1. Теория конфликта, практическое применение в контроле конфликта.
2. Профилактика конфликтов.

Тема 15. «Формы амортизации в конфликте» ***- 2 часа***
1. Приемы смягчения конфликтного противостояния, на основе «Психологического ай ки до», автор А. Литвак.
2. Наиболее выгодное конфликтное поведение.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ПРЕДМЕТА по
тематическому плану работы со студентами индивидуально

Тема 1. «Повышение самооценки молодого человека» ***- 2 часа***
1. Анализ качества социальных отношений молодого человека.
2. Анализ достижений молодого человека.
Тема 2. «Окончание незаконченных конфликтов детства» ***- 2 часа***
1. Проговаривание незаконченных конфликтов.
2. Выяснение мотивов и действий окружающих.
Тема 3. «Принципы успешного целеполагания» ***- 2 час***
1. Цель- мечта.
2. Принципы успешного целеполагания.
Тема 4. «Визуализация успешных целей» ***- 2 час***
1. *Выяснение целей молодого человека методикой «шкалирования».*
2. Понимание целостной картины успешного будущего и путей его достижения

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ПРЕДМЕТА по
тематическому плану работы с педагогами

Тема 1. «Воспитание и образование» ***- 2 часа***
1. *Роль воспитания в жизни молодого человека.*
2. *Роля образования в жизни молодого человека.*

Тема 2. «Типы конфликтного поведения» ***- 2 часа***
1. Конструктивный тип поведения в конфликте.
2. Деструктивный тип поведения в конфликте.
3. Конформный тип поведения в конфликте.
4. Принципы не адекватного поведения в конфликте.

Тема 3. «Профилактика внутриличностного конфликтного обострения у подростка» ***- 2 час***
1. Социальные группы.
2. Внешние признаки.
3. Профилактика подростковых суицидов.

Тема 4. «Уровни депривации и их влияние на контроль конфликтности» ***- 2 час***
1. Теория депривации.

2. *Уровни депривации.*
3. *Контроль конфликтности.*

Тема 5. «Психологическое противодействие грубой манипуляции» **– *2 часа***
1. *Психологические приемы защиты.*
2. *Профилактика насилия.*

Тема 6. «Формула конфликта»**– *2 часа***
1. *Теория конфликта и ее применение в контроле конфликтности.*
2. *Профилактика конфликтов.*

Тема 7. «Формы амортизации в конфликте» **- *2 часа***
1. Приемы смягчения конфликтного противостояния, на основе «Психологического ай ки до», автор А. Литвак.
2. Наиболее выгодное конфликтное поведение.

Тема 8. «Правила окончания конфликта в отношении подростка» **- *2 часа***
1. Наиболее успешные формы окончания конфликта.
2. Распространённые речевые и психологические ошибки в окончании конфликта.

Тема 9. «Тренинг на улучшение коммуникативных навыков» **- *2 часа***
1. Коммуникативный тренинг на выявление наиболее удачных предложений по проведению взаимодействия педагога со студентами.
2. Профилактика профессионального выгорания педагога.

***СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ПРЕДМЕТА по* тематическому плану работы с родителями**

Тема 1. «Воспитание и образование» **- *2 часа***
1. *Роль воспитания в жизни молодого человека.*
2. *Роля образования в жизни молодого человека.*

Тема 2. «Типы конфликтного поведения» **- *2 часа***
1. *Конструктивный тип поведения в конфликте.*
2. *Деструктивный тип поведения в конфликте.*
3. *Конформный тип поведения в конфликте.*
4. *Принципы не адекватного поведения в конфликте.*

Тема 3. «Профилактика внутриличностного конфликтного обострения у подростка» **- *2 час***
1. Социальные группы.
2. Внешние признаки.
3. Профилактика подростковых суицидов.

Тема 4. «Уровни депривации и их влияние на контроль конфликтности» **- *2 час***
1. *Теория депривации.*
2. *Уровни депривации.*
3. *Контроль конфликтности.*

Тема 5. «Психологическое противодействие грубой манипуляции» **– *2 часа***
1. *Психологические приемы защиты.*
2. *Профилактика насилия.*

Тема 6. «Формула конфликта»**– *2 часа***
1. *Теория конфликта и ее применение в контроле конфликтности.*
2. *Профилактика конфликтов.*

Тема 7. «Формы амортизации в конфликте» ***- 2 часа***

1. Приемы смягчения конфликтного противостояния, на основе «Психологического ай ки до», автор А. Литвак.

2. Наиболее выгодное конфликтное поведение.

Тема 8. «Правила окончания конфликта в отношении подростка» ***- 2 часа***

1. Наиболее успешные формы окончания конфликта.

2. Распространённые речевые и психологические ошибки в окончании конфликта.

Тема 9. «Тренинг на улучшение коммуникативных навыков» ***- 2 часа***

1. Коммуникативный тренинг на выявление наиболее удачных предложений по проведению взаимодействия педагога со студентами.

2. Профилактика профессионального выгорания педагога.

ИНФОРМАЦМОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Кон И.С. «Психология ранней юности», Москва, «Просвещение» 2017г. [Текст] Кон И.С. «Психология ранней юности», Москва, «Просвещение» 2017г.
2. Гнатюк О.Л. Основы теории коммуникации: Учебное пособие. [Текст] /О.Л.Гнатюк – 2е изд. испр. и доп. – М.:КНОРУС,2014. –256с.
3. Жернакова М.Б. Деловые коммуникации: теория и практика[Текст] /М.Б. Жернакова –М. ООО «Издательство Юрай», 2013. — 370с.
4. Коноваленко М.Ю.Теория коммуникации: учебник для бакалавров [Текст] / Коноваленко М.Ю. –М. ООО «Издательство Юрай», 2012. — 415с.
5. Панфилова, А.П. Деловые коммуникации в профессиональной деятельности [Текст] / А.П. Панфилова. – СПб: Знание, 2015. – 495 с.
6. Руднев В.Н. Риторика. Деловое общение: Учебное пособие. [Текст] /В.Н. Руднев. – 2е изд. испр. и доп. – М.:КНОРУС,2014. –352с.
7. Чамкин А.С. Социология Коммуникации: Учебное пособие. [Текст] /А.С. Чамкин –М. ИНФРА-М, 2014. – 295с.
8. Иванова, С.В. Кандидат, новичок, сотрудник. Инструменты управления персоналом, которые реально работают на практике [Текст] / С.В. Иванова. – М.: Эксмо, 2008. – 304 с.
9. Моргунов, Е. Бизнес-конфликтология [Текст] / Е. Моргунов, Н. Рязанова // Управление персоналом. - 2005. – №16. – С.46-48.
10. Морозов, А.В. Профессиональное распознавание и оценка личности [Текст] / А.В. Морозов, В.К. Потемкин. – СПб.: ЦПП ФНС России, 2008. – 429 с.