****

**Оглавление**

**Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Планируемые результаты

1.4. Содержание программы

1.4. 1. Учебный план

1.4. 2. Содержание учебного плана

**Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий**

**реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**

**программы»**

2.1. Учебный график

2.2. Методическое обеспечение программы

2.3. Условия реализации программы

2.4**.** Формы контроля и периодичность

2.5. Оценочные материалы

2.6. Список литературы

**Приложения**

Приложение 1. Календарный учебный график

Приложение 2. План воспитательной работы

Приложение 3. Оценочные материалы

**Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

* 1. **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Мой мир. Психолог и Я»** отвечает как интересу учащихся к собственному «Я», так и ориентации системы образования на **личностно-ориентированный и системно-деятельностный подходы** в образовании. Направленность программы - социально-гуманитарная, с групповой формой организации. Обучение основано на использовании традиционных **принципов** дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в подростковой аудитории имеют исключительное значение. В качестве исходного положения, определяющего педагогический подход, использовался тезис: необходимо рассматривать развитие ребенка в аспекте изучения им предмета «Психология» не только как результат, но и как процесс самосознания, самопознания, самовоспитания и самосовершенствования. При этом акцент делается на развитие чувства собственного достоинства человека как субъекта. Существенным моментом здесь становится не только отражение мира, но и отражение себя в мире, своего состояния, своего отношения к миру, своего поведения теперь и в будущем.

Программа помогает ребенку выстраивать ценностную картину мира и находить свое место в нём, познавать свой внутренний мир, гармонизировать свои отношения с окружающими людьми, стать более творческим, ответственным за себя, свои действия.

**Новизна** данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы опирается на понимание приоритетности воспитательной, социально-психологической и педагогической работы, направленной на развитие внутреннего мира учащихся, их морально-волевых и нравственных качеств.

**Актуальность** создания и применения данной программы обоснована необходимостью и целесообразностью преподавания курса психологии в учреждениях дополнительного образования. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

**Педагогическая целесообразность** состоит в том, что программа имеет общеинтеллектуальное направление, а также позволяет развивающейся личности познавать не только законы материального мира, но и формировать систему знаний о себе, о законах взаимодействия людей, узнавать свои собственные возможности и расширять их, т.е. овладевать психологической культурой.

Данная программанаправлена на **решение психолого-педагогических задач,** обеспечивающих становление личности ребенка:

-формирование общих представлений о психологии как науке;

-пробуждение интереса к другим людям и самому себе;

- развитие интеллектуальной сферы;

- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

**Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы** заключаются в том, что она ориентирована на применение широкого комплекса различного дополнительного материала по психологии, освоение которого даст учащимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Учащиеся смогут научиться принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности. Это становится возможным с помощью использования идей педагогики, центрированной на ребенке, и педагогической поддержке.

**Адресат программы**

Программа рекомендуется учащимся 7 – 17 лет. Возможен прием детей разных возрастов в зависимости от желания ребенка. Одновременно в группе не могут заниматься дети младшего и старшего школьного возраста.

**Формы обучения**

Форма обучения – очная. При реализации программы (частично) применяется электронное обучение и дистанционные образовательные технологии. При электронном обучении с применением дистанционных технологий продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет не более 30 минут. Во время онлайн - занятия проводится динамическая пауза, гимнастика для глаз.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий предусматривается на время массовых заболеваний и других обстоятельств, исключающих очное обучение детей. Основные элементы системы ЭО и ДОТ, используемые в работе: цифровые образовательные ресурсы, размещённые на официальном сайте МУДО «ЦДО», видеоконференции (Zoom, Skype), электронная почта.

В качестве ***дистанционного*** обучения на период внеочередных каникул в связи с заболеваемостью ОРВИ для самостоятельного изучения учащимся предлагаются статьи и мастер-классы. А также предлагается самостоятельный поиск и обмен информацией. Учебный процесс организуется с использованием интернет ресурсов.

**Объём и срок освоения программы**

На учебный год отведено 144 часа, программа рассчитана на 1 учебный год.

**Состав группы:** Наполняемость учебных групп: 12-15 человек.

**Режим занятий:** занятия в группе проводятся 2 раза в неделю по 2 учебных часа, продолжительностью 45 минут с переменами 10-15 минут. Всего на учебный год отведено 144 часа.

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть должна обеспечить наличие всех необходимых для работы материалов. Теоретическая часть занятий при работе должна быть компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. Практическая часть состоит в упражнениях, играх и прочих указанных далее видах деятельности, способствующих отработке полученных знаний, умений и навыков.

**Основными нормативными документами, положенными в основу программы, являются:**

Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

Устав муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования».

**1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы** **-**овладение каждым учащимся элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром; развитие универсальных возможностей учащихся, обогащение их духовного опыта, отвлечение их от асоциальной среды на основе продуктивной творческой и игровой деятельности, социальная и психологическая реабилитация.

**Задачи**:

*обучающие:*

-формировать общие представления о психологии как науке;

*воспитательные:*

-воспитывать интерес к другим людям и самому себе;

*развивающие:*

- развивать интеллектуальную сферу;

- развивать самосознание, эмоциональную сферу;

*реабилитационные:*

- мотивавировать воспитанников к познавательной деятельности в сфере досуговых технологий;

- усвоение воспитанниками социально-правовой нормативности;

- коррекция ценностных установок воспитанников;

- формировать позитивную «Я» - концепции воспитанников;

- осваивать воспитанниками социальных ролей;

- развивать самоконтроль и формировать самосознание воспитанников.

* 1. **Планируемые результаты**

**Личностные результаты:**

1. Сформированность ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию*.*

2. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

3. Сформированность осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.

4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.

6. Сформированность коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметные результаты:**

*Учащиеся должны уметь:*

1.Самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

2.Самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

3.Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

4.Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.

5.Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

6.Создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

7.Пользоваться смысловым чтением.

8.Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

9.Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

10.Формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

**Предметные результаты:**

1.Знание возрастной динамики становления способности к восприятию другого человека, роли индивидуальных различий в восприятии человека человеком

2.Понимание психологических механизмов формирования первого впечатления о другом человеке, его значения для установления взаимоотношений между людьми.

3. Сформированность представления о типах отношений между людьми, о формах проявления отношения к другому человеку в словах, поступках, мимике, жестах

4. Навык правильно интерпретировать информацию, получаемую при непосредственном наблюдении за человеком.

5. Сформированность представления об особенностях общения при различных видах коммуникации, о межличностных отношениях, как отношениях, основанных на взаимности, взаимодействии.

6. Сформированность понятия потребности в общении, осознание своей потребности и своих характерных особенностей в общении.

7. Сформированность представления об эмпатии как важнейшем условии отношений между людьми, обеспечивающем подлинно гуманное отношение к другим людям.

8. Представление того, какие условия, факторы влияют на возникновение симпатии и антипатии между людьми. Формирование представления о дружбе и товариществе как высших формах проявления человеческой симпатии, о чувстве любви как высшем человеческом чувстве.

9. Осознанность роли основных психических процессов в понимании другого человека.

10. Понимание роли стереотипов, предрассудков, предубеждений как факторов, препятствующих пониманию другого человека.

11. Раскрытие роль жизненного опыта в формировании собственных критериев понимания и оценки другого человека

12. Сформированность представления о том, как на понимание другого человека влияют возраст и профессия.

**Результаты реабилитационной деятельности:**

1. Учащиеся должны иметь мотивацию к познавательной и творческой деятельности

2.Учащиеся должны уметь осваивать различные социальные роли

3. У учащихся должна быть сформирована позитивная «Я-концепция»

4. Наблюдаемая позитивная динамика уровня сформированности либо сформированность у несовершеннолетних целевой группы компетенций: коммуникативные, информационные, личностные и т.д.

5. Снижение уровня подростковой вовлеченности в преступность и правонарушения и т.д.;

6. Повышение уровня знаний у несовершеннолетних по проблеме управления своим поведением.

**1.4.Содержание программы**

**1.4.1.Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Форма контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| 1 | Введение | 6 | 4 | 2 | Вступительная диагностика |
| 2 | Способности | 38 | 19 | 19 | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 3 | Характер | 10 | 5 | 5 | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 4 | Темперамент | 12 | 6 | 6 | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 5 | Восприятие | 24 | 12 | 12 | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 6 | Общение: я и люди вокруг | 24 | 12 | 12 | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 7 | Понимание людьми друг друга | 12 | 6 | 6 | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 8 | Агрессия и управление своим поведением | 18 | 8 | 10 | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| **ИТОГО** | | 144 | 72 | 72 |  |

**1.4.2. Содержание учебного плана**

**Введение.**

Теория: Знакомство. Понятие «Личность». Психические свойства личности.

Практика: Вступительная диагностика.

**Способности.**

Теория: Что такое способности. Возникновение способностей в истории человечества. Откуда берутся способности. Как развиваются способности. Одаренность, талант, гениальность. Общие способности. Специальные способности. Познавательная активность. Интересы и склонности. Как развить свои способности.

Практика: Тестирование на выявление способностей, игры и упражнения.

**Характер.**

Теория: Что такое характер. Черты характера. Нравственные, волевые черты характера. Воля и трудолюбие. Характер и успехи в школе. Человек хозяин своего характера.

Практика: Тестирование на выявление особенностей характера, игры и упражнения, выполнение заданий.

**Темперамент.**

Теория: Что такое темперамент. Психологические характеристики темперамента. Темперамент и общение. Темперамент и характер. Темперамент и способности.

Практика: Тестирование на выявление типов темперамента, игры и упражнения, проект «Типы темперамента», выполнение заданий.

**Восприятие.**

Теория: Что такое внешний вид человека. Лицо человека. О чем говорят жесты. Что можно узнать по походке и осанке. Речь говорит сама за себя. Одежда и прическа. Первое впечатление о человеке. Реакция на новизну. Расстояние и восприятие. Время и восприятие. Отношение к человеку и восприятие. Что такое установка. Прошлый опыт и восприятие другого человека. Как воспринимают человека дошкольники. Каким видят человека школьники. Восприятие человека взрослыми людьми. Влияние профессии человека на восприятие ими других людей. Как люди воспринимают себя самого. Что значит быть культурным человеком. Мы – пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники.

Как мы выглядим.

Практика: Тестирование на выявление особенностей восприятия учащихся, игры и упражнения, выполнение заданий, конкурс устных выступлений «Что значит быть культурным и воспитанным школьником?».

**Общение: я и люди вокруг.**

Теория: Я и другой человек. Я и другие люди. Что такое общение. Из чего состоит общение. Общение и отношения между людьми. Что такое потребность в общении. Психологические особенности человека и общение. Навык, стиль и манера общения. Пространство и время общения. Слушать или слышать. Подстройка в общении. Непосредственное общение. Особые виды общения. Что значит уметь общаться. Что такое межличностные отношения. Личные и деловые отношения. Как возникает симпатия. Товарищество и дружба. Любовь.

Практика: Тестирование на выявление особенностей общения, присущих учащимся, игры и упражнения, выполнение заданий, конкурс сочинений «Что для меня значит слово «Общение?»».

**Понимание людьми друг друга.**

Теория: Психические процессы и понимание. Стереотипы понимания. Эталоны понимания. Понимание чувств другого человека. Понимание человека детьми и подростками. Понимание человека школьниками. Понимание человека взрослыми людьми. Влияние профессии на понимание им детей и взрослых.

Практика: Анализ взаимопонимания между людьми, игры и упражнения, выполнение заданий.

**Агрессия и управление своим поведением.**

Теория: У меня появилась агрессия. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? Конструктивное реагирование на агрессию. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. Учимся договариваться. Эмпатия: что это, и зачем она нужна? Развитие эмпатии. Стресс, и как с ним бороться. Планирование времени – я могу управлять своим временем. Итоговое занятие.

Практика: Тестирование на предмет проявления агрессии, уровня стресса и стрессоустойчивости, игры и упражнения, выполнение заданий, конкурс-выставка «Мое расписание».

**Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий**

**реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**

**программы»**

**2.1.Учебный график**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Мой мир. Психолог и Я»

Год обучения:1

Количество учебных недель – 36

Количество учебных дней – 72

Учебный период с 1 сентября 2021 по 31 мая 2022.

**2.2. Методическое обеспечение программы**

В образовательном процессе используются различные методы обучения.

**Основные методы и технологии**

* Личностно-ориентированные технологии.
* Технология разноуровневого (дифференцированного) обучения.
* Диалогические технологии.
* Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
* Коммуникативно-информационные технологии.
* Технология учебно-игровой деятельности.
* Технология проектной деятельности.

Методические материалы.

Образовательный процесс, организуемый в рамках данной программы, осуществляется в очной форме. При организации работы соединяется в одно целое игра, труд и обучение, что помогает обеспечить единство решения познавательных и практических задач.

Методические материалы, применяемые для реализации программы:

* планы занятий;
* методическая и информационная литература;
* диагностические методики для определения уровня физического развития и творческих способностей детей;
* образцы работ
* наглядные пособия.

**2.3.Условия реализации программы**

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия проводятся в учебном кабинете, оборудованным партами, стульями. Перечень материалов, необходимых для занятий: ноутбук, ватман, ткани, нитки, клей, краски, тетрадь, ручка, карандаши, фломастеры, набор цветной бумаги, альбом).

Методические пособия для педагога:

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения особенностей общения.
3. Набор фотографий, портретов людей.
4. Психологические тесты.
5. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Кадровое обеспечение

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мой мир. Психолог и Я» осуществляет педагог дополнительного образования МУДО «ЦДО». Требования к образованию педагога: среднее профессиональное (высшее) образование в области психологии. Требуется систематическое прохождение курсов повышения квалификации.

**2.4. Формы и периодичность контроля**

В начале учебного года проводится диагностика уровня знаний, умений и навыков учащихся. В образовательном процессе используются следующие методы контроля и самоконтроля:

* Стартовый контроль
* Диагностика (анкетирование, наблюдение)
* Самоконтроль
* Рефлексивный контроль
* Тестово-диагностические работы

**2.5. Оценочные материалы**

По завершении курса обучения по программе, проходит итоговое занятие с использованием диагностических методик. Для развития самооценки и взаимооценки проводится обсуждение в конце занятия, оценка собственной работы, коллективные обсуждения, и изготовление коллективной композиции. Кроме того, содержание занятий предполагает развитие коммуникативных навыков у учащихся.

**2.6.Список литературы**

### Для педагога:

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Пособие для студентов / Г.М.Андреева. - М., 2001.
2. Аронсон Э. Общественное животное: Введение в социальную психологию / Э.Аронсон. – М., 1998.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2006.
4. Бодалев А.А. Восприятие человека человеком / А.А.Бодалев. - М., 1992.
5. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В.Вачков. - М., 2001г.
6. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. / Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Т.П. Усольцева. - Новосибирск, 1997 г.
7. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения / А.Б.Добрович. - М., 1887.
8. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н.И.Козлов.-Екатеринбург,1997 г.
9. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я.Л.Коломинский. – Минск, 2000.
10. Кон И.С. Дружба / И.С.Кон. – М., 1980.
11. Кроль Л.М. Человек-оркестр: микроструктура общения / Л.М.Кроль, Е.Л.Михайлова. - М., 1993.
12. Куницына В.Н. Межличностное общение: Учебник для вузов / В.Н.Куницына, Н.В.Казаринова, В.М.Погольша. - СПб., 2001.
13. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
14. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003г.
15. Микляева А.В. Я – подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
16. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников / П.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова.- М.: Гуманит. изд.центр «Владос»,2001 г.
17. Райкус Д. С., Хьюз Р. С. Социально-психологическая помощь семьям и детям групп риска. Практическое пособие. Т.1. Концептуальные основы социальной работы с детьми. М., 2008.
18. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.
19. Шакирова А. Ю. К проблеме социальной реабилитации дезадаптированных детей и подростков // Социальная работа в изменяющейся России: проблемы, поиски, перспективы: материалы Всероссийской научно-практической конференции, 16-17 мая 2003 г. Томск, 2003.

Для учащихся:

1. Васильченко К.В. Путешествие в страну «Я». - Д.: «Сталкер», 1998 г.
2. Гуревич П.С. Человек. – М.: Дрофа, 1995г.
3. Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л Для тебя и о тебе.- М. « Просвещение», 1991 г.
4. Коломинский Я.Л. Человек: психология.- М. «Просвещение», 1986 г.

Электронные ресурсы:

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/>
2. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. «Психея», режим доступа: [http://www.psycheya.ru](http://www.psycheya.ru/)
4. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке», режим доступа: http://www.psychology.ru/Library
5. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: [http:// scitylibrary.h11.ru/Library.htm](http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm)
6. «Каталог психологической литературы», режим доступа: http: //www.psycatalog. ru
7. «Популярная психология», режим доступа: <http://karpowww.narod.ru/>
8. «ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: <http://explorateur.narod.ru/library.htm>
9. «Антистресс», режим доступа: [http://marks.on.ufanet.ru](http://marks.on.ufanet.ru/)
10. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.
11. **Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов**, режим доступа: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>
12. **hpsy.ru**, режим доступа: <http://hpsy.ru/about.htm>
13. «Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: http://flogiston.ru/library
14. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: http://www.proshkolu.ru
15. Журнал «Психология», режим доступа: http://www.psychology.su/
16. Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
17. Vital P’Art — Psyberia.Ru «Продвинутая психология для несовершеннолетних», режим доступа: http://psyberia.ru/about/
18. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru/>

**Приложение 1.**

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Месяц** | **Форма занятия** | **Кол-во часов** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1 | Сентябрь | Беседа с презентацией, обучающие игры, | **6** | **Введение в общеобразовательный процесс. Начальная диагностика** | Учебный кабинет | Вступительная диагностика |
| 2 |  |  | **38** | **Раздел «Способности»** |  |  |
| 3 |  | Беседа с презентацией | 2 | Возникновение способностей в истории человечества | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 4 |  | Беседа с презентацией, просмотр видеоматериалов | 2 | Что такое способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 5 |  | Беседа с презентацией, просмотр видеоматериалов | 2 | Откуда берутся способности. Как развиваются способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 6 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Что такое общие способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 7 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Мышление как общая способность | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 8 | Октябрь | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Память как общая способность | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 9 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Восприятие окружающих | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 10 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры,  «мозговой штурм» | 2 | Творческое отношение к действительности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 11 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Воображение как общая способность | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 12 |  | Тренинг | 2 | Продолжение изучения общих способностей | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 13 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Что такое специальные способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 14 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Математические способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 15 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Литературные способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 16 | Ноябрь | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Художественные способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 17 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Музыкальные способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 18 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Способности, талант, гениальность | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 19 |  | Тренинг | 2 | Когда проявляются способности и таланты | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 20 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Познавательная активность | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 21 |  | Тренинг | 2 | Способности и школа | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 22 |  |  | **10** | **Раздел «Характер»** |  |  |
| 23 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Что такое характер | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 24 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Черты характера | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 25 | Декабрь | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Как проявляются черты характера | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 26 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Черты характера и способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 27 |  | Тренинг | 2 | Характер и успехи в школе | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 28 |  |  | **12** | **Раздел «Темперамент»** |  |  |
| 29 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Что такое темперамент. | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 30 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Психологическая характеристика темперамента | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 31 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Темперамент и общение | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 32 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Темперамент и характер | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 33 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Темперамент и способности | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений |
| 34 | Январь | Тренинг | 2 | Подведем некоторые итоги | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений и работ |
| 35 |  |  | **24** | **Раздел «Восприятие»** |  |  |
| 36 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Я и другой человек. Что такое общение. Из чего состоит общение. Общение и отношения между людьми | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 37 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Что такое внешний вид человека. Лицо человека | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 38 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | О чем говорят жесты. Что можно узнать по походке и осанке | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 39 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Речь говорит сама за себя | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 40 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Одежда и прическа | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 41 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Первое впечатление о человеке. Реакция на новизну | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 42 | Февраль | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Расстояние и восприятие. Время и восприятие | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 43 |  | Тренинг | 2 | Отношение к человеку и восприятие. Что такое установка | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 44 |  | Тренинг | 2 | Прошлый опыт и восприятие другого человека | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 45 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Как воспринимают человека дошкольники. Каким видят человека школьники | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 46 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Восприятие человека взрослыми людьми. Влияние профессии человека на восприятие ими других людей | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 47 |  | Тренинг | 2 | Как люди воспринимают себя самого | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 48 |  |  | **24** | **Раздел «Общение»** |  |  |
| 49 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Что такое потребность в общении | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 50 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Психологические особенности человека и общение | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 51 | Март | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Навык, стиль и манера общения | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 52 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Пространство и время общения | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 53 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Слушать или слышать. Подстройка в общении | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 54 |  | Тренинг | 2 | Непосредственное общение | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 55 |  | Тренинг | 2 | Особые виды общения | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 56 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Что такое межличностные отношения | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 57 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Личные и деловые отношения | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 58 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Как возникает симпатия | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 59 | Апрель | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Товарищество и дружба | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 60 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Любовь | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 61 |  |  | **12** | **Раздел «Понимание»** |  |  |
| 62 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Психические процессы и понимание | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 63 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Стереотипы понимания | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 64 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Эталоны понимания | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 65 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Понимание чувств другого человека | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 66 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Понимание человека детьми и подростками. Понимание человека школьниками | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 67 |  | Тренинг | 2 | Понимание человека взрослыми людьми. Влияние профессии на понимание им детей и взрослых | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 68 |  |  | **18** | **Раздел «Агрессия и управление своим поведением»** |  |  |
| 69 | Май | Тренинг | 2 | У меня появилась агрессия | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 70 |  | Беседа с презентацией, обучающее видео | 2 | Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 71 |  | «Мозговой штурм» | 2 | Конструктивное реагирование на агрессию | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 72 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 73 |  | «Мозговой штурм» | 2 | Учимся договариваться | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 74 |  | Беседа с презентацией, обучающие игры | 2 | Эмпатия: что это, и зачем она нужна? Развитие эмпатии | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 75 |  | «Мозговой штурм» | 2 | Стресс, и как с ним бороться | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 76 |  | Тренинг, «мозговой штурм» | 2 | Планирование времени – я могу управлять своим временем. | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений, самоанализ |
| 77 |  | Тренинг, «мозговой штурм» | 2 | Итоговое занятие. Моя линия жизни**.** | Учебный кабинет | Совместное обсуждение, оценка проведенных упражнений и проделанной работы, самоанализ |

**Приложение 2.**

**План воспитательной работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование мероприятия** | **Дата, время проведения мероприятия** | **Количество участников мероприятия (учащихся)** | **Место проведения мероприятия** |
| Просмотр видеоматериалов в рамках «Единого общероссийского урока по безопасности школьников в сети «Интернет» | 29 октября 2021 | 30 | Учебный кабинет |
| Просмотр онлайн трансяции «Разные-равные» в рамках ежегодного проекта «[Центра толерантности](https://www.jewish-museum.ru/tolerance-center/)», приуроченной к Международному дню толерантности | 16 ноября  2021 | 30 | Учебный кабинет |
| Просмотр видеоматериалов по формированию правовой культуры  «Всероссийский День правовой помощи детям» | 19 ноября  2021 | 30 | Учебный кабинет |
| Проведение профилактической беседы, направленной на популяризацию и информирование детей о возможности профилактики и разрешения конфликтных ситуаций с применением медиативных технологий | 17 января  2022 | 30 | Учебный кабинет |
| Проведение профилактической беседы по пропаганде здорового образа жизни | 14 марта  2022 | 30 | Учебный кабинет |
| Проведение профилактической беседы в рамках проведения Единого информационного дня Детского телефона доверия 88002000122 | 17 мая  2022 | 30 | Учебный кабинет |

**Приложение 3.**

**Оценочные материалы**

**1. Тест: Оценка способностей к саморазвитию, самообразованию (В.И. Андреев.)**

Цель теста: Изучение способности учащегося к саморазвитию, самообразованию.

**2. Тест: «Диагностика коммуникативного контроля (М. Шнайдера)»**

Цель теста: Изучение уровня коммуникативного контроля, умения управлять своими эмоциональными проявлениями.

**3. Тест: «Методика изучения школьной мотивации» (Овчарова Р.В.)**

Цель теста: Диагностика развитие мотивов учебной деятельности.

**4. Тест:** [**Экспресс-диагностика**](https://www.google.com/url?q=http://vsetesti.ru/117/&sa=D&ust=1583862428685000)**конфликтности**

Цель теста: Диагностика уровня устойчивости к конфликтам.

**5. Тест: Исследование самооценки по методике Дембо–Рубинштейн**

Цель теста: Изучение самооценки (высота, устойчивость, степень реалистичности, степень критичности, степень удовлетворенности собой).

**6. Тест: Диагностика личностного развития детей подросткового возраста (**[**Прихожан А.М.**](http://childpsy.ru/lib/authors/id/10695.php)**)**

Цель теста: Выявление особенностей личности школьника по центральным линиям развития: «Я – концепции», отношения к прошлому, настоящему и будущему, учебной мотивации, социальной компетентности, общения и д.р.

**7.Тест: Диагностика эффективности ЗОЖ «Знания о здоровье».**

Цель теста: Изучение уровня информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ.

**8. Тест: “Индекс отношения к здоровью” (В. Ясвин, С. Дерябо)**

Цель теста: Изучение уровня информированности школьников о здоровье и ЗОЖ.

**9.Тест: «Коммуникативной толерантности» (В. В. Бойко)**

Цель теста: Изучение способности учащихся принимать или не принимать индивидуальность встречающихся им людей.

Методика диагностики общей коммуникативной толерантности, предложенная В.В.Бойко, позволяет диагностировать толерантные и интолерантные установки личности, проявляющиеся в процессе общения.

Согласно автору методики, коммуникативная толерантность, или толерантность в общении, подразделяется на ситуативную, типологическую, профессиональную и общую. Уровень ситуативной толерантности определяется отношением человека к конкретному партнеру по общению (супругу, коллеге, случайному знакомому), типологической – отношением к собирательному типу или группе людей (представителям какой-либо национальности, профессии, социального слоя). Профессиональная коммуникативная толерантность проявляется в рабочей обстановке, во взаимодействии с теми людьми, с которыми приходится иметь дело по роду деятельности (клиентами, пациентами). Общая коммуникативная толерантность обусловлена жизненным опытом, свойствами характера, нравственными принципами и в значительной мере предопределяет другие формы коммуникативной толерантности.

Ниже представлены пункты опросника, сгруппированные в 9 шкал.

**Инструкция:** *Оцените, насколько приведенные ниже суждения верны по отношению к Вам. При ответе используйте баллы от 0 до 3, где*

*0 – совсем неверно,*

*1 – верно в некоторой степени,*

*2 – верно в значительной степени,*

*3 – верно в высшей степени.*

***Шкала 1.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 1. | Медлительные люди обычно действуют мне на нервы |  |
| 2. | Меня раздражают суетливые, непоседливые люди |  |
| 3. | Шумные игры я переношу с трудом |  |
| 4. | Оригинальные, нестандартные, яркие личности чаще всего действуют на меня отрицательно |  |
| 5. | Безупречный во всех отношениях человек насторожил бы меня |  |
| Всего: | | |

***Шкала 2.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 6. | Меня обычно выводит из равновесия несообразительный собеседник |  |
| 7. | Меня раздражают любители поговорить |  |
| 8. | Меня затрудняет разговор с безразличным для меня попутчиком в поезде (самолете), начатый по его инициативе |  |
| 9. | Я бы тяготился разговорами случайного попутчика, который уступает мне по уровню знаний и культуры |  |
| 10. | Мне трудно найти общий язык с партнерами иного интеллектуального уровня, чем у меня |  |
| Всего: | | |

***Шкала 3.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 11. | Взрослые и пожилые люди вызывает неприятные чувства своим внешним видом (прически, косметика, наряды) |  |
| 12. | Так называемые “новые русские” обычно производят неприятное впечатление либо бескультурьем, либо рвачеством |  |
| 13. | Представители некоторых национальностей в моем окружении откровенно мне несимпатичны |  |
| 14. | Есть тип парней (девушек), который я не выношу |  |
| 15. | Терпеть не могу одноклассников с низким интеллектуальным уровнем |  |
| Всего: | | |

***Шкала 4.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 16. | Считаю, что на грубость надо отвечать тем же |  |
| 17. | Мне трудно скрыть, если человек мне чем-либо неприятен |  |
| 18. | Меня раздражают люди, стремящиеся в споре настоять на своем |  |
| 19. | Мне неприятны самоуверенные люди |  |
| 20. | Обычно мне трудно удержаться от замечания в адрес озлобленного или нервного человека, который толкается в транспорте |  |
| Всего: | | |

***Шкала 5.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 21. | Я имею привычку поучать окружающих |  |
| 22. | Невоспитанные люди возмущают меня |  |
| 23. | Я часто ловлю себя на том, что пытаюсь воспитывать кого-либо |  |
| 24. | Я по привычке постоянно делаю кому-либо замечания |  |
| 25. | Я люблю командовать близкими |  |
| Всего: | | |

***Шкала 6.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 26. | Меня раздражают старики, когда они в час пик оказываются в городском транспорте или в магазинах |  |
| 27. | Жить в номере в детском лагере с посторонним человеком для меня просто пытка |  |
| 28. | Когда друг не соглашается в чем-то с моей правильной позицией, то обычно это раздражает меня |  |
| 29. | Я проявляю нетерпение, когда мне возражают |  |
| 30. | Меня раздражает, если друг делает что-то по-своему, не так, как мне того хочется |  |
| Всего: | | |

***Шкала 7.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 31. | Обычно я надеюсь, что моим обидчикам достанется по заслугам |  |
| 32. | Меня часто упрекают в ворчливости |  |
| 33. | Я долго помню обиды, нанесенные мне теми, кого я ценю или уважаю |  |
| 34. | Нельзя прощать одноклассникам бестактные шутки |  |
| 35. | Если одноклассник непреднамеренно заденет мое самолюбие, я на него, тем не менее, обижусь |  |
| Всего: | | |

***Шкала 8.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 36. | Я осуждаю людей, которые плачутся в чужую жилетку |  |
| 37. | Внутренне я не одобряю своих знакомых, которые при удобном случае рассказывают о своих проблемах |  |
| 38. | Я стараюсь уходить от разговора, когда кто-нибудь начинает жаловаться на свою семейную жизнь |  |
| 39. | Обычно я без особого внимания выслушиваю исповеди друзей (подруг) |  |
| 40. | Мне иногда нравится позлить кого-нибудь из родных или друзей |  |
| Всего: | | |

***Шкала 9.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Утверждения** | Баллы |
| 41. | Как правило, мне трудно идти на уступки друзьям |  |
| 42. | Мне трудно ладить с людьми, у которых плохой характер |  |
| 43. | Обычно я с трудом приспосабливаюсь к одноклассникам/друзьям |  |
| 44. | Я стараюсь не поддерживать отношения с несколько странными людьми |  |
| 45. | Чаще всего я из принципа настаиваю на своем, даже если понимаю, что партнер прав |  |
| Всего: | | |

***Обработка и интерпретация результатов теста***

Подсчитайте сумму баллов, полученных вами по всем признакам, и сделайте вывод: чем больше балов, тем ниже уровень коммуникативной толерантности.

Максимальное число баллов, которые можно заработать, — 135 — свидетельствует об абсолютной нетерпимости к окружающим, что вряд ли возможно для нормальной личности. Точно так же невероятно получить ноль баллов. Это свидетельство терпимости ко всем типам партнёров во всех ситуациях. Сделайте вывод о своей коммуникативной толерантности.

Обратите внимание на то, по каким из 9 предложенных выше поведенческих признаков у вас высокие суммарные оценки (здесь возможен интервал от 0 до 15 баллов). Чем больше баллов по конкретному признаку, тем менее вы терпимы к людям в данном аспекте отношений с ними. Напротив, чем ниже ваши оценки по тому или иному поведенческому признаку, тем выше уровень общей коммуникативной толерантности по данному аспекту отношений с партнёрами.

Разумеется, полученные данные позволяют подметить лишь основные тенденции, свойственные вашим взаимодействиям с партнёрами. В непосредственном, живом общении личность проявляется ярче и многообразнее.

**Шкала 1. Неприятие или непонимание индивидуальности другого человека**

Проверьте себя: насколько вы способны принимать или не принимать индивидуальности встречающихся нам людей.

**Шкала 2. Использование себя в качестве эталона при оценке поведения и образа мыслей**

**других людей.**

Проверьте себя: нет ли у вас тенденции оценивать людей, исходя из собственного «Я». Меру согласия с суждениями

**Шкала 3. Категоричность или консерватизм в оценках других людей**

Проверьте себя: в какой мере категоричны или неизменны ваши оценки в адрес окружающих.

**Шкала 4. Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства при столкновении с некоммуникабельными качествами партнеров**

Проверьте себя: в какой степени вы умеете скрывать или сглаживать неприятные впечатления при столкновении с некоммуникабельными качествами людей

**Шкала 5. Стремление переделать, перевоспитать партнеров**

Проверьте себя: есть ли у вас склонность переделывать и перевоспитывать партнёра

**Шкала 6. Стремление подогнать партнера под себя, сделать его "удобным"**

Проверьте себя: в какой степени вы склонны подгонять партнёров под себя, делать их удобными

**Шкала 7. Неумение прощать другим ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности.**

Проверьте себя: свойственна ли вам такая тенденция поведения

**Шкала 8. Нетерпимость к физическому или психическому дискомфорту, создаваемому другими людьми**

Проверьте себя: в какой степени вы терпимы к дискомфортным состояниям окружающих

**Шкала 9. Неумение приспосабливаться к характеру, привычкам и желаниям других**

Проверьте себя: каковы ваши адаптационные способности во взаимодействии с людьми.