



Программа повышения квалификации «Эффективные коммуникации»

1. Общая характеристика программы

Актуальность. Для каждого человека исключительно важно уметь устанавливать контакты с другими людьми, уметь общаться, т.е. уметь слушать и слышать других. Эффективным методом развития коммуникативных умений, знаний и навыков, является социально-психологический тренинг, представляющий собой активное обучение посредством приобретения и осмысления жизненного опыта, который моделируется в межличностном взаимодействии посредством упражнений и осознается в ходе дискуссии.

В подростковом возрасте общение становится ведущим видом деятельности. Именно здесь осваиваются нормы социального поведения, нормы морали. В этом возрасте особенно остры и тяжелы межличностные проблемы, связанные с застенчивостью подростков, с их заниженной самооценкой, с трудностями в установлении межличностных отношений. Особую роль в этом возрасте играют отношения со сверстниками. Дети хотят быть принятыми и признанными в группе, иметь определенный статус в ней.

Данный тренинг представляет собой комплекс упражнений, направленных на развитие саморегуляции, повышение самооценки и оптимизацию межличностного взаимодействия, что будет способствовать возникновению ощущения легкости и комфорта в ситуациях общения. Дети будут отрабатывать навыки самоанализа и учиться управлению своим психоэмоциональным состоянием, что достигается путем воздействия человека на самого себя с помощью слов, мысленных образов, управления мышечным тонусом и дыханием. Деятельность по саморегуляции может осуществляться с помощью естественных или специально сконструированных приемов и способов.

Актуальность представленного тренинга состоит в том, что в связи с особенностями подросткового возраста, важно помочь ребенку научиться общаться

со сверстниками, родителями, педагогами, разобраться в изменениях, которые происходят в нем, осуществить помощь в поиске путей решения проблем, с которыми сталкивается подросток.

2.Цели реализации программы:

Цели курса:

- формирование навыков, умений и коммуникативных компетенций у подростков.
- развитие профессионально значимых компетенций, необходимых для решения профессиональных задач.

Задачи курса:

- расширение знаний в области психологии общения;
- отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми;
- овладение навыками эффективного слушания;
- отработка приёмов аргументации и отстаивания своей позиции;
- активизация процесса самопознания и самоактуализации, повышение уверенности в себе.

Категория слушателей: обучающиеся общеобразовательных организаций, студенты.

Срок обучения: 36 часов.

Режим занятий: по 2 часа 1 раз в неделю

Форма обучения: очная.

Организационно-педагогические условия:

Для достижения поставленных целей курса наиболее целесообразными являются различные формы занятий: тренинги, лекции и практикумы.

По окончании занятий тренер даёт обратную связь и рекомендации участникам курса.

Дополнительная профессиональная программа «Эффективные коммуникации» направлена на совершенствование и (или) получение новых знаний, умений и навыков в области психологии общения и компетенций, необходимых для межличностных взаимоотношений и профессиональной деятельности участников курса.

Контактное лицо: Вернигорова Ирина Юрьевна +7 (918) 923-59-72.