

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №80 ИМ В.С. ТАРАСОВА»
(МБОУ "СОШ №80")**

РАССМОТРЕНО
На заседании ШМК
МБОУ «СОШ №80»
Протокол №1
от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «СОШ №80»
_____ И.Н.Кулемин
Приказ № 01-03/155 от 31.08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса
«Психология успеха»

Ижевск, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современные нестабильные социально-экономические условия, характеризующиеся быстрой сменой ценностей и целей, одобряемых социумом, предопределяют принципиально новые требования к процессу социализации молодого поколения. Сегодня на первый план выдвигается идеал Успешного Человека, обладающего большим потенциалом знаний, умений и навыков, которые он превращает в своего рода «рабочий капитал». Станет ли старший подросток или старшеклассник Успешным Человеком, зависит от множества различных факторов, главным из которых является успешность процесса социализации.

Не секрет, что процесс освоения индивидом ценностей, норм, установок, присущих данному обществу (социализация), начинается с рождения и продолжается в течение всей жизни. Однако наиболее активный период социализации выпадает именно на период 14-17 лет. Поэтому на данном этапе могут возникнуть различные трудности, переживания и, как следствие, социальная дезадаптация. Кроме того, необходимо отметить, что сам процесс социализации не обеспечивает социально-психологическую адаптацию и, более того, успешность личности.

На основе вышеуказанного был разработан курс «Психология успеха». Его содержание нацелено, прежде всего, на формирование навыков и качеств, способствующих успешному взаимодействию с социумом:

1. Адекватная система отношений и общения с окружающими;
2. Адекватное оценивание себя в ситуации взаимодействия с другими людьми;
3. Эмоциональная уравновешенность;
4. Установки на успешное взаимодействие;
5. Изменчивость поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других;
6. Адекватный уровень притязаний;
7. Мотивация достижения успеха;
8. Умение строить жизненные перспективы и т.д.

Цели курса:

- Формирование психолого-педагогических условий для повышения уровня социально-психологической адаптации учащихся;
- Актуализация процесса личностного и профессионального самоопределения, включающего в себя получение знаний о себе (представление о трех компонентах «Я - образа»: когнитивном, эмоционально-оценочном, поведенческом) и о мире профессий;

Задачи курса:

- повышение психологической компетентности учащихся за счет развития уровня самосознания, выработки собственного мировоззрения, определения позиции в жизни;
- формирование адекватного оценивания себя в ситуации взаимодействия с другими людьми;
- развитие навыков волевой и эмоциональной саморегуляции;
- формирование гибкости как качества личности;
- развитие у учащихся готовности свободно выбирать тот или иной вариант своего профессионального будущего;

Предлагаемый курс «Психология успеха» делает попытку реализовать задачу формирования успешности подростков, подготовить их к взрослой жизни, научить решать личные и профессиональные проблемы, возникающие в жизни.

Планируемые результаты:

Воспитанники научатся:

- Навыка эффективного общения;
- Приемам самопознания и самосовершенствования

Воспитанники получат возможность:

- Определять свои способности;
- Соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями профессии к человеку;
- Строить стратегию своего будущего.

В ходе работы с воспитанниками предусмотрено использование психологических методик (диагностические, проективные, развивающие игровые процедуры и т.д.).

В процессе преподавания курса необходимо использовать разнообразные формы организации занятий и методы обучения: комбинированный урок, индивидуальные и групповые беседы, диалог, дискуссия, метод проблемного обучения, игры, практические занятия, метод конкретных ситуаций и т.д.

Формы контроля и подведения итогов реализации программы

- Фронтальная и индивидуальная проверка выполненной работы.
- Проектная деятельность.
- Устные выступления и/или презентации своего видения той или иной устной темы.
- Тестовые задания.

Учебно-тематический план курса «Психология успеха» (12 часов)

Занятие	Тема	Количество часов
1.	Занятие с родителями. Введение, цели, задачи, терминология	1
2.	Понятие эффективности и успех. Основы успешности и эффективности	1
3.	Знакомство, личная презентация учащихся, постановка персональных целей	1
4.	Закон Ома в психологии. Мотивация, виды потребностей	1
5.	Психологическое сопротивление: комплекс превосходства	1
6.	Психологическое сопротивление: лень	1
7.	Психологическое сопротивление: негативное предубеждение	1
8.	Психологическое сопротивление: отсутствие образа будущего	1
9.	Инструменты эффективности: матрица Хосин- Канри	1
10.	Психология общения. Психологический имидж, стрессоустойчивость	1
11.	Психология общения: инструменты влияния. Подведение итогов	1
12.	Занятие с родителями. Результаты, индивидуальные микроконсультации.	1

Список литературы:

1. Абульханова - Славская К.А. Стратегия жизни. - М., 1991.
2. Азаров Ю.П. Радость учить и учиться. - М., 1990.
3. Берг В. Карьера - суперигра. - Нетривиальные советы на каждый день. - АО «Интерэксперт», М., 1998.
4. Бауман З. Мыслить социологически. - М., 1996.
5. Вайцвайг П. Десять заповедей творческой личности. - М., 1990.
6. Вайнъярд Б., Кимбрелл Г. Kimbrell G., Ben Vineyard. Succeeding in the World of Work. Glencoe, Illinois, Ohio, California, 1992.
7. Воробьев Г.Г. Ищи свой талант. - М., 1983.
8. Вудкок М. Френсис Д. Раскрепощенный менеджер. - М., 1991.
9. Глухов В.В. Основы менеджмента. - Спб. 1995.
10. Гримак Л.П. Общение с собой. Начало психологии активности. - М.: Политиздат, 1991.
11. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. – Киев: Наукова думка, 1984.
12. Данилова В.Д. Как стать собой. Психотехника индивидуальности. Пособие для самообразования. - М., 1994.
13. Десслер Г. Управление персоналом. - М., БИНОМ, 1997. - С. 227-232.
14. Джампольски Дж. Д. Любовь побеждает страх. - М., 1991.
15. Джампольски Дж.Д. Как обрести внутреннее равновесие и оздоровить свои отношения с окружающими. Мини курс. Разговор с учителем, - М., 1990.
16. Егоршин А.П. Управление персоналом. - Н., Новгород, НИМБ, 1997. – 607 с.
17. Закон РФ об образовании.
18. Зайверт Л. Ваше время - в ваших руках. - М., 1990.
19. Захаров Н.Н. Профессиональная ориентация школьников. - М., 1988 г.
20. Зигерт В., Ланг Л. Руководитель без конфликтов. - М., 1993.
21. Иванцевич Дж, Лобанов А.А. Человеческие ресурсы управления. - М., 1993 - С. 214-239.
22. Как добиться успеха. Практические советы деловым людям. - М., 1991.
23. Карнеги Д. и др. Ваше преуспевание - в ваших руках. - М., 1993.
24. Кларин М.В. Инновационные модели обучения в зарубежных педагогических поисках. - М., 1994.
25. Климов Е.А. Как выбирать профессию. - М., 1990.
26. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. - Ростов н/Д., 1996.
27. Кнебель Х. Правильно ли я веду себя при устройстве на работу? «Интерэксперт», М., 1996.
28. Князева М. Л. Ключ к самосозиданию. - М., 1990.
29. Коган Л.Н. Человек и его судьба. М.: Мысль, 1988.
30. Кон И. С. В поисках себя: личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984.
31. Кон И. С. Психология ранней юности. М., 1989.
32. Ксенчук Е. В., Киянова М.К. Технология успеха. - М., 1993.
33. Кузьмин И.А. Психотехнологии и эффективный менеджмент. - М., 1994.
34. Курбатов В.И. Стратегия делового успеха. - Ростов н/Д. - 1996.
35. Лакейн А. Как стать хозяином своей судьбы. - М., 1995.
36. Леви В.Л. Искусство быть собой. - М., 1991.
37. Левонтин Р. Человеческая индивидуальность: наследственность и среда./ Под ред. Ю.Г. Рычкова, И.В.Вавич-Шербо. - М., 1993, с. 11-25, 80-111.
38. Маркова А.К. Психология профессионализма. М, 1996.
39. Методологические и теоретические вопросы трудовой подготовки учащихся: сб. научных трудов. - М., 1985.

40. Митина Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях. // Вопросы психологии, 1998, №2.- С.3-9.
41. Михайлов И.В. проблема профессиональной зрелости в трудах Д. Е. Сьюпера. // Вопросы психологии, 1975, №5.- С.110-122.
42. Мольц М.Я. Я - это Я, или как стать счастливым. - Спб.,1992.
43. Моя профессия: краткий энциклопедический справочник. - Кишинев, 1987 г.
44. Мудрик А.В. Современный старшеклассник: проблемы самоопределения. М., Знание, 1977.
45. Мясищев В. Н. Психология отношений / Под ред. А.А. Бодалева. - М., Воронеж, 1995. -с. 39-67, 218-254.
46. Мессмер М. Поиск работы для «чайников». :Пер. с англ. - К.;М.,1998.
47. Николас Б., Энкельманн. Преуспевать с радостью. - М., 1996.
48. Одегов Ю.В, Журавлев П.В. Управление персоналом. - М.,1997.
49. Орлов Ю.П. Восхождение к индивидуальности. - М.,1991.
50. Основы управления персоналом. / Под ред. Б. М Гренкина. - М., 1996.
51. Пенкрат Л.В. Мотивы выбора профессии. - Минск, 1986 г.
52. Пиз А. Язык телодвижений. - Нижний Новгород, 1992.
53. Подготовка школьников к выбору профессии в условиях районной и городской служб профориентации (сб. науч. трудов) - под ред. С.Н.Чистяковой, М., 1991.
54. Поляков В.А. Технология карьеры. - М., 1995.
55. Процицкая Е.Н. Выбирайте профессию. - М., 1991.
56. Процицкая Е.Н. Практикум по выбору профессии. - М., 1995.
57. Пряжников Н.С. Активизирующие опросники профессионального и личностного самоопределения. - метод. Пособие 2. - Москва - Воронеж, 1997.
58. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. Москва Воронеж, 1996.
59. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение в культурно-исторической перспективе. // Вопросы психологии, 1996, № 1. С. 62-72.
60. Практическая психология для менеджеров. -М.,1997, с. 95-112.
61. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности. - Спб., 1991.
62. Санталайнен Т. Веутилайнен Д. Управление по результатам. - М.,1993.
63. Сафин В.Ф. Психология самоопределения личности. Свердловск, 1986.

Секреты умелого руководителя. - М.,1991. общения (функция эмоционального общения, функция побуждения, функция информирования).

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

64. Сизанев А. Н. Психологические игры: какие мы на работе и дома. - Минск, 1995.
65. Слуцкий В.И. Элементарная педагогика, или как управлять поведением человека. - М., 1992.
66. Служебная карьера. / Под общ.ред. Е. В. Охотского. - М., 1998.
67. Социальное управление. Словарь / под ред. В.И. Добренского, И.М. Слепенкова. - М., 1994, с. 67-68.
68. Стиль жизни личности. Теоретические и методологические проблемы. Киев: Наукова думка, 1982.
69. Столин В.В. Самосознание личности. М.: Изд-во МГУ,1983.
70. Тарасов В.К. Технология жизни. Книга для героев. - Спб., 1992.
71. Тесты для делового человека и для всех. - Пермь, 1995.
72. Турчинов А. И. Профессионализация и кадровая политика: проблемы развития теории и практики. - М.,1998.

73. Укке Ю.В. Разработка психологических проблем профессиональной ориентации в Соединенных Штатах Америки.// Вопросы психологии, 1971,№1.- С. 170-178.
74. Управление персоналом организации. - Учебник под ред. А.Я. Кибанова. - М., 1997.
75. Франкл В. Человек в поисках смысла жизни. - М., 1990.
76. Фукуяма С. Теоретические основы профессиональной ориентации. - М., 1989.
77. Холл Д. Стань первым! Как повысить свои способности в несколько раз. - М.,1996.
78. Хроменко А.Т. Самоменеджмент для тех кому от 16 до 20. - М., 1996.
79. Человек и бизнес. Путь совершенства. - М.,1995.
80. Шавир П.А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности. М.: Педагогика, 1981.-96с.
81. Швальбе Б., Швальбе Х. Личность. Карьера. Успех. - М.,1993.
82. Шостром Э. Анти - Карнеги, или человек - манипулятор. - Минск, 1992.
83. Шекшня С.В. Управление персоналом современной организации: учебно-методическое пособие, - М., 1996, с. 149-156.
84. Шрейдер Ю.А. Лекции по этике. Учебное пособие. - М.,1994