



www.ulsu.ru

portal.ulsu.ru

abiturient.ulsu.ru

ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Психология эффективной коммуникации

● **Агаджанова Эмилия Рафаэловна**

старший преподаватель кафедры психологии и педагогики УлГУ



● **Хайрудинова Резеда Иршатовна**

старший преподаватель кафедры психологии и педагогики УлГУ



Цель освоения курса

Сформировать у обучающихся навыки эффективной межличностной коммуникации и социальной компетентности, развитие личности, саморегуляции эмоциональной и волевой сферы.

Приобретаемые компетенции

- умения в области социальной адаптации и успешной самореализации в обществе;
- способность к развитию коммуникативных навыков и эмоциональной устойчивости;
- развитие креативного мышления, способности к самопознанию и саморазвитию;
- формирование системы базовых понятий в области психологии общения;
- навыки построения гармоничных межличностных отношений, разрешения и профилактики конфликтов
- знание своих индивидуальных психологических особенностей, их проявление в процессе обучения и межличностного общения
- формирование навыков конструктивного поведения в сложных жизненных ситуациях.

Программа курса

1. Понятие коммуникации. Психология общения
2. Культура общения.
3. Тайм-менеджмент. Технологии управления временем.
4. Психология медиации или учимся разрешать конфликты.
5. Управление стрессом.
6. Креативность.

Результат обучения

- Вы научитесь понимать причины поведения окружающих людей, определять личностную позицию и строить индивидуальную линию поведения.
 - Вы овладеете навыками самостоятельного планирования деятельности и определения наиболее эффективных путей достижения целей.
 - Вы разовьете навыки конструктивного общения, разрешения или предупреждения конфликтных ситуаций.

Форма контроля слушателя курса

Практические занятия, психологический тренинг, разбор и анализ практических ситуаций

