

**ШКОЛА №1553 ИМЕНИ В.И. ВЕРНАДСКОГО**

**\* Специализация  
«Социальная психология  
личности»**

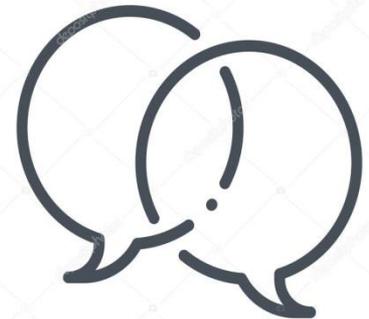
**Психологическая служба  
Москва 2020**

**\* План-график занятий специализации «Социальная психология личности» первое полугодие 2020-21 подготовка к предзащите курсовых**

Дата занятия	Тема	Форма проведения
20.10.20	Под вопросом	
27.10.20	Личность и социум: плюсы и минусы встречи	Лекционный формат +самодиагностика
03.11.20	Мои личностные границы	Практическое занятие с элементами тренинга
10.11.20	Каникулы	
17.11.20	Межличностное общение: управление конфликтом	Лекционный формат +самодиагностика
24.11.20	Мой стиль поведения в конфликте	Практическое занятие с элементами тренинга
01.012.20	Внутриличностные конфликты: зависимое поведение и «токсичные» отношения	Лекционный формат +самодиагностика
08.12.20	Тренинг профилактики зависимого поведения	Практическое занятие с элементами тренинга
15.12.20	Предзащиты курсовых	С участием А.С. Обухова и 1 члена Экспертного совета
22.12.20	Предзащиты курсовых	С участием А.С. Обухова и 1 члена Экспертного совета

# \* Социальная психология (психология человеческой коммуникации)

\* Отрасль психологии, изучающая закономерности взаимодействия людей, включенных в диалог (с самими собой и с миром) или социальные группы, а также психологические характеристики самих групп.



**Что такое человеческое общение, в чем его особенности и механизмы?**

**Что происходит с человеком, как меняется его поведение и личностные структуры, когда он вступает в общение с другими людьми, становится членом определенной социальной группы? Что происходит с личными границами?**

**Что определяет поведение человека в группе: его внутренние психические особенности или характеристики той группы, в деятельность которой он включился?**

**Что представляет собой сама группа: является ли она простой суммой составляющих ее людей или может быть представлена как целостная система, живущая и развивающаяся по своим законам?**

**Как соотносятся различные группы между собой, что определяет правила и закономерности межгруппового взаимодействия?**

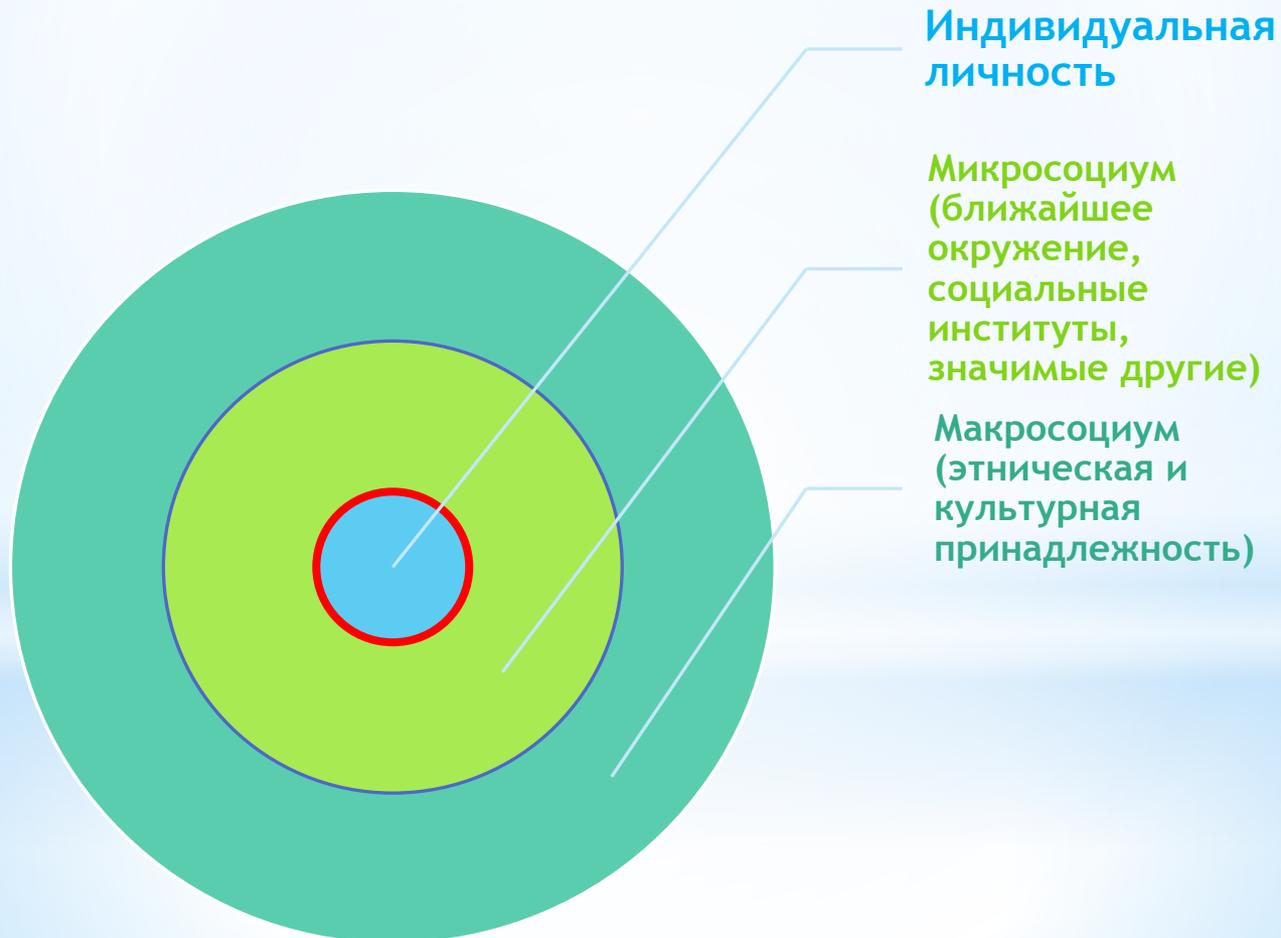
**1908 г**

## **Оформление предмета Социальной психологии**

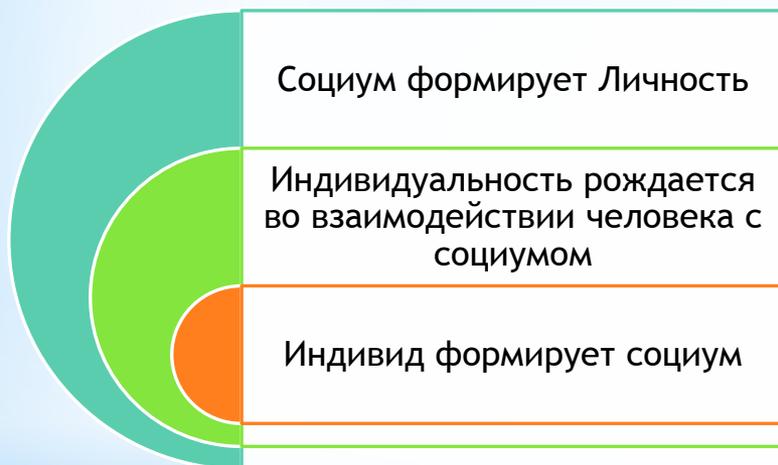
- \* Английский психолог Мак-Дугал «Введение в социальную психологию»
- \* Американский социолог Э.Росс «Социальная психология»
- \* 1941 г Э.Фромм «Бегство от свободы» - рек. прочесть.

# \* Бытие человека - в мире

## (экзистенциальная психология)



# \* Личность и социум: границы и пересечения





\* Личные границы



\* Личные границы

## Границы



\* Реакция на нарушение



\* **Визуализация индивидуальных  
личных границ**



\* Границы микрогрупп

## \* Некоторые признаки размытых или отсутствующих личных психологических границ

- \* общение с людьми, которые не уважают вас и не ценят;
- \* заискивание, постоянное оправдание;
- \* первоочередное решение чужих, а не своих проблем;
- \* страх проявить «Я», высказать собственное мнение;
- \* трудно попросить и принимать помощь;
- \* зависть;
- \* боязнь одиночества;
- \* зависимость от чужого мнения;
- \* острое восприятие критики;
- \* неумение отказывать, говорить «нет»;
- \* неумение дать отпор, остановить давление и

## \* Причины возникновения зависимости в отношениях и размытых границ

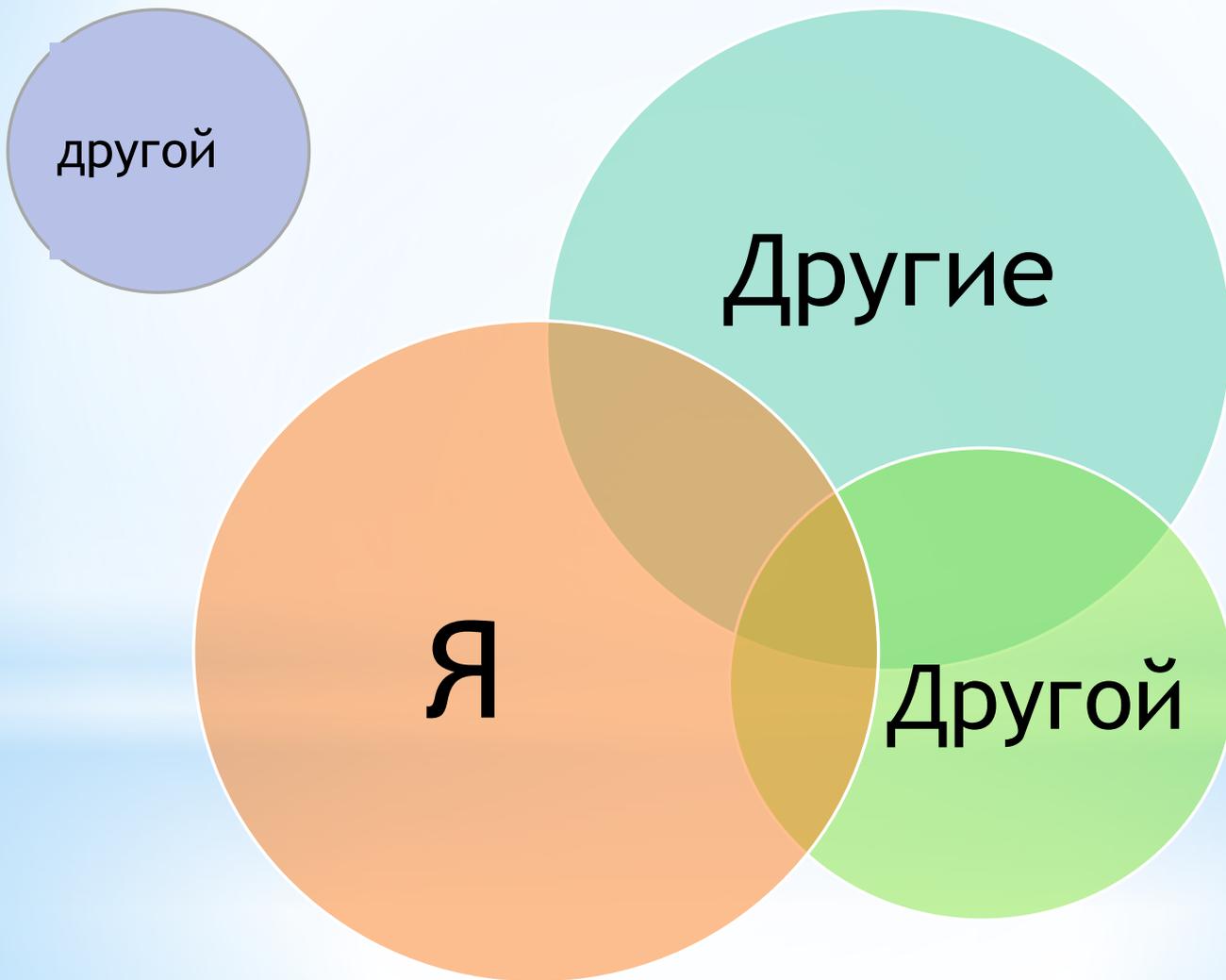
- \* Авторитарность: невнимательное отношение к потребностям ребенка, подавление его мнения.
- \* Запрет на проявление негативных эмоций - слезы, гнев, агрессию.
- \* Запрет на проявление свойств характера.
- \* Обвинения: «ты сам виноват».
- \* Отсутствие личного пространства: комнаты, кровати, шкафа.
- \* Отсутствие возрастной сепарации: «мы пошли в школу», «мы любим кино».
- \* Физическое наказание - прямое нарушение личных границ.
- \* Психическое давление, частые ссоры, упреки, скандалы.

# \* Личные границы

- \* формируются в детстве (искажение - авторитарность или вседозволенность)
- \* выстраиваются с возрастом
- \* отстаиваются в течение жизни



# \* Задание для самоанализа

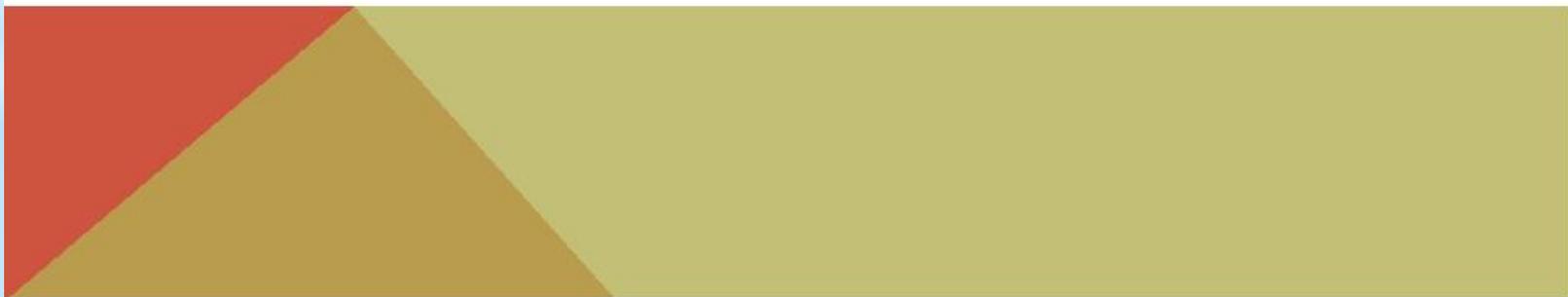


## \* Упражнение «Карта жизни»

- \* Представьте, что вы и окружающие люди - это государства и страны. Изобразите это на бумаге. С кем-то вы имеете размытые границы, с кем-то общую зону, кто-то далеко отстоит от Вас. Проанализируйте это во времени. Такой анализ позволяет увидеть неочевидные вещи.
- \* Возможно, раньше у вас было много тесных контактов, а сейчас вы обрели некую автономность.
- \* Или, наоборот, несколько лет назад вы были одиноки, а сейчас у вас много связей и друзей.
- \* Или же, вы не можете дать отпор и ваше государство постоянно захватывают соседние страны.
- \* А может, вы сами оказываете давление на соседние территории, но боитесь в этом признаться?

## \* Задание для самоанализа

Конфликт: всегда ли это плохо



# Виды конфликтов



## По отношению к отдельному субъекту

конфликты бывают внутренними и внешними. К первым относятся внутри личностные конфликты; ко вторым — межличностные, между личностью и группой, межгрупповые.



## Уровни конфликтов



### 3. Стратегии поведения и технологии взаимодействия в конфликте (по К. Томасу)





— Мы его разделим, ладно? — торопливо предложил Малыш. Он тоже любил персики и знал, что нельзя зевать, если хочешь его хоть попробовать.

— Хорошо, — согласился Карлсон, — разделим! Я возьму себе персик, а ты — пакетик. Учти, я уступаю тебе лучшую часть: с пакетиком можно знаешь сколько интересных штук придумать!

— Нет, спасибо! — твёрдо сказал Малыш.

— Мы сперва разделим персик, а потом я тебе охотно уступлю пакетик.

Карлсон неодобрительно покачал головой.

— Никогда ещё не встречал таких прожорливых мальчишек, как ты! — вздохнул он. — Ну ладно, раз уж ты так настаиваешь...

Чтобы разделить персик, нужен был нож:, и Малыш побежал в кухню. А когда он вернулся с ножом, Карлсон исчез. Но Малыш тут же услышал, что из-под стола доносилось чавканье и причмокивание, словно кто-то торопливо ел что-то очень сочное.

— Послушай, что ты там делаешь? — с тревогой спросил Малыш.

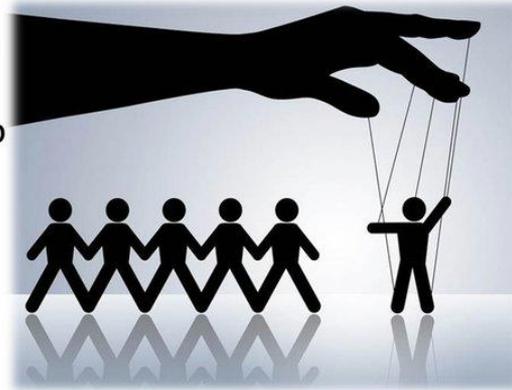
Когда Карлсон вылез из-под стола, персиковый сок стекал у него с подбородка. Он протянул свою пухлую ручку и сунул Малышу большую шершавую тёмно-красную косточку.

— Заметь, я всегда отдаю тебе самое лучшее, — заявил он. — Если ты посадишь эту косточку, у тебя вырастет целое персиковое дерево, всё увешанное сочными персиками. Ну, кто самый большой добряк в мире? Я ведь даже не устраиваю никакого скандала, хоть и получил от тебя только один паршивенький персик!

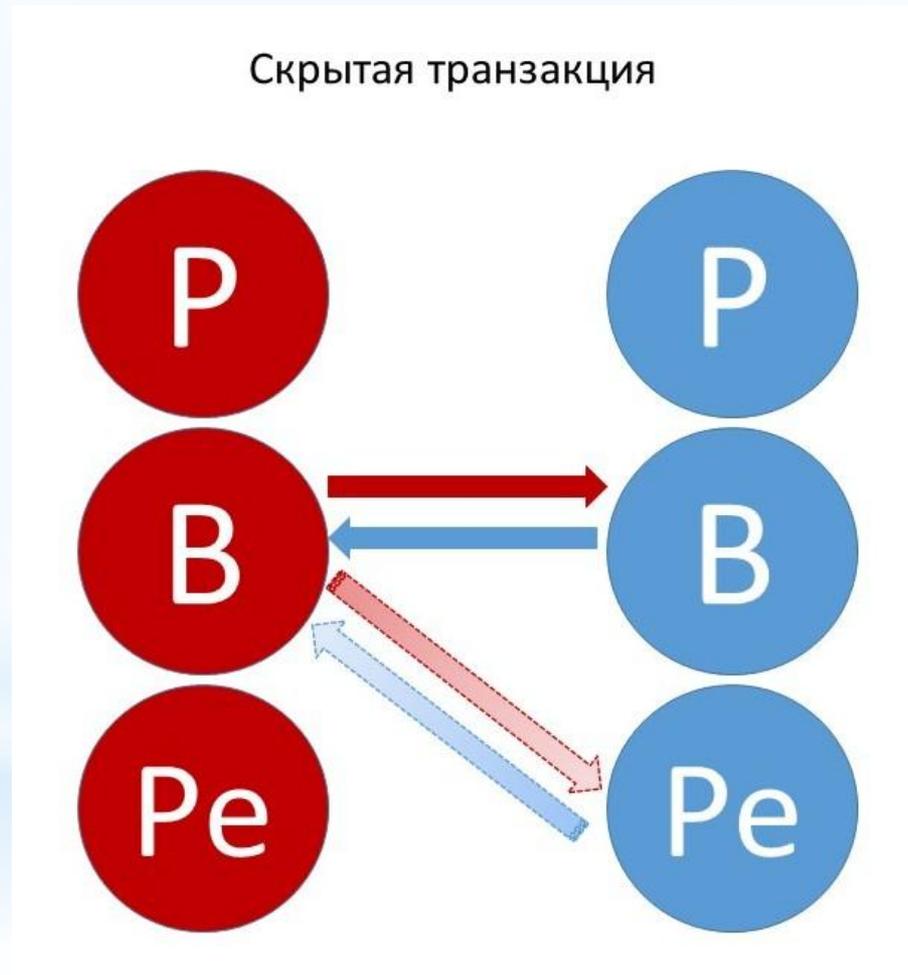
Но Малыш, если бы и захотел, не успел бы ничего ответить, потому что в мгновение ока Карлсон очутился у окна, где на подоконнике стоял горшок с бегонией и схватил цветок за стебель.

# Манипуляции

- Сущность психологической манипуляции как явления состоит в двусмысленности – за внешним смыслом скрывается внутренний. По своему определению **манипуляция** - это скрытое психологическое воздействие на партнера по общению с целью добиться от него выгодного для себя поведения



\* Трансактная схема манипуляции по Э. Берну «Игры, в которые играют люди»



# \* Возможные манипулятивные ПОЗИЦИИ

			
<ul style="list-style-type: none"><li>• Учю,</li><li>• Забочусь,</li><li>• Опекаю</li></ul> <hr/> <ul style="list-style-type: none"><li>• Недовольно критикую?</li></ul>	<p>Самостоятельный, уверенный, ответственный человек</p> <hr/> <p>Сухой логик</p>	<p>Милый творческий малыш</p> <hr/> <p>Хулиган</p>	<p>Несчастливая беспомощная Жертва</p> <hr/> <p>Благодарный за помощь</p>
<b>Родитель</b>	<b>Взрослый</b>	<b>Детская позиция</b>	
		<b>Ребенок</b>	<b>Инвалид</b>

«Кейт называли Waity Katie (с англ.:  
*"Ждущая Кэти"*). — Прим. ред.),  
когда она ждала предложения  
от Уильяма. Я представляю, как ей  
было тяжело. Но мне не понять, что  
она пережила. Это ужасно», —  
сказала Маркл.

– И что же дальше было?

А я ведь конец сказки прочитать не успела. Я стояла и молчала, потому что больше мне сказать было нечего...

– Они летают! – вдруг завизжали девочки на последних партах.

Мы с Мариной Владимировной одновременно увидели, что банка с жуками лежит на полу перевёрнутая, а из неё во все стороны ползут и летят Глебкины жуки.

– Я локтем банку толкнул, – виновато оправдывался Глеб.

– Значит, так, – сказала Марина Владимировна, – ты, Глеб, собираешь свою летучую живность и идёшь ко мне. А с твоей летучей живностью, Смирнова, мы разберёмся на следующем уроке.

– Это жукам интересно стало, о чём там Оля у доски рассказывает, вот они и научились летать, – объяснил Глеб, проходя мимо моей парты, и подмигнул мне.

*(По Н. Волковой)*

# \* Темы исследовательских работ 2019

Определение взаимосвязи уровней агрессии и самооценки в подростковом возрасте

Определение представлений о любви в подростковом возрасте

Выявление причин суицидального поведения в подростковом возрасте

Влияние музыкальных стилей на эмоциональное состояние человека

Определение эффективности способов борьбы с группой «Синий кит» вkontakte

Определение мотивации к обучению в медицинском классе

Определение эффективных способов преодоления селфхарма в подростковом возрасте