

## **Аннотация программы**

### **«Введение в психологию»**

Психология – наука о душе, сознании и поведении. Психологические знания с одной стороны помогают в самоопределении (осознать какой я), с другой стороны – помогают выстроить предпочитаемую траекторию развития (каким я хочу быть). В курсе предлагается рассмотреть основные направления психологической науки, методы изучения личности (тесты и проективные методики), практические упражнения для самопознания, познакомиться с методами саморегуляции.

**Направленность программы:** данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет социально-педагогическую направленность.

**Цель:** создать представление о психологии как науке и показать становление и основные современные направления психологической мысли.

#### **Задачи:**

- Дать представления о психологии как науке и ее развитии
- Познакомить теоретическими и практическими основами общей психологии и психологией личности
- Познакомить с психологическими методами изучения личности
- Познакомить с методами самопознания и саморегуляции

#### **Актуальность программы.**

Данная программа одновременно решает задачи профориентации и личностного развития. Со стороны профориентации, она может познакомить учеников с психологической наукой и дать прикоснуться к профессии психолога. С другой стороны эта программа может быть полезна в решении личностных и возрастных задач. Подростковый возраст - время поиска себя, идентичности, самоопределения и взросления. Психологические знания помогут обучающемуся создать целостную гармоничную картину представлений о себе, своем «внутреннем» мире, а также увидеть способы и направления для развития своей личности.

**Объем и срок освоения программы:** сентябрь-декабрь 2021 г. 33 часа.

**Адресат программы:** обучающиеся: 13-15 лет.

**Форма обучения:** дистанционная.

**Контрольно-измерительные материалы:** тесты, индивидуальные письменные практики, опросы, дискуссии.

**Конечный продукт программы:** обучающиеся создадут «карту своей личности» с обозначением своих сильных сторон и путей личностного развития