

Занятие-тренинг «Общение»

Цель: формирование и развитие умений и навыков конструктивного общения.

Задачи:

- познакомить с понятием “общение”, с представлениями о способах общения;
- формирование навыков, невербальной коммуникации и координации совместных действий;
- способствовать овладению правил и приемов ведения беседы и дискуссии.

Содержание занятия:

1. Упражнение – активатор «Дождь»

Участники встают в круг. Инструкция: Знаете ли вы что такое австралийский дождь? Нет? Тогда давайте вместе послушаем, какой он. Сейчас по кругу цепочкой вы будете передавать мои движения. Как только они вернутся ко мне, я передам следующие. Следите внимательно!

- В Австралии поднялся ветер. (Ведущий трет ладони).
- Начинает капать дождь. (Клацание пальцами).
- Дождь усиливается. (Поочередные хлопки ладонями по груди).
- Начинается настоящий ливень. (Хлопки по бедрам).
- А вот и град – настоящая буря. (Топот ногами).
- Но что это? Буря стихает. (Хлопки по бедрам).
- Дождь утихает. (Хлопки ладонями по груди).
- Редкие капли падают на землю. (Клацание пальцами).
- Тихий шелест ветра. (Потирание ладоней).
- Солнце! (Руки вверх).

2. Мозговой штурм “Что такое общение?”

Дорогие друзья тема сегодняшней встречи – это общение. А что такое общение?

Общение – сложный процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной жизни, оно может происходить в разных формах, из которых выделяются три стороны.

- обмен информацией между людьми;
- взаимодействие между людьми;
- установление взаимопонимания.

Как это происходит?

1 этап – «Встреча»

В народе говорят: «Встречают по одежке, а провожают по уму». Что можно сказать про этих людей?

Ребята дают характеристику по внешнему виду людей.

2 этап – «Знакомство».

Это обмен мыслями, чувствами, переживаниями. «Лучший не тот, кто говорит, а тот, кто умеет слушать».

Мы будем учиться тому, как быть хорошими слушателями. Что вы чувствуете, когда вы говорите, а вас не слушают?

Человек, умеющий общаться, знает, как важно быть внимательным слушателем. Вспомните кого-либо из своих знакомых, кто, общаясь с вами, внимательно слушает вас. Что делает этот человек, чтобы дать вам почувствовать, что он вас слушает

Искусство слушать требует практических умений. Давайте вместе попрактикуемся быть хорошими слушателями прямой сейчас

Раздаем учащимся листки бумаги и просим сложить их пополам.

Инструкция: Пусть дети сделают на одной половине листа рисунок, используя для этого три фигуры: круг, треугольник, квадрат. Они могут использовать любые из трех предложенных фигур, располагая их по своему выбору.

Выполняя задание, дети не должны показывать свои работы друг другу. По окончании попросите их сложить листки пополам, закрыв, таким образом, рисунок.

Пусть каждый ученик найдет себе пару и сядет с ней спиной к спине. Один из этой пары будет «слушателем», другой – «объясняющим». «Объясняющий» будет затем объяснить «слушателю» как нужно рисовать, чтобы «слушающий» воспроизвел копию его рисунка. «Слушатель» следует указаниям, не заглядывая в рисунок «объясняющего». «Слушатель» может задавать вопросы, которые должны помочь ему нарисовать картинку, как можно точнее. Предоставьте детям несколько минут для выполнения этой работы.

Теперь пусть партнеры поменяются ролями и повторят упражнение. По прошествии нескольких минут пусть пары сравнят свои рисунки, обратив внимание на то, насколько они совпадают или различаются.

Обсуждаем результаты

- Трудно ли было рисовать, основываясь только на том, что вы слышали?
- Трудно ли было давать указания?
- Что мне помогало рисовать?
- Чем вы можете помочь тому, кто слушает вас?

Вывод: Хороший слушатель – это тот, кто может быть внимательным и задаёт дополнительные вопросы, чтобы лучше понять собеседника.

3 этап — «Взаимодействие» или выстраивание отношений».

Способы общения могут быть как вербальные- используя речь, так и невербальная- с помощью жестов, мимики.

Упражнение “ Пойми меня”

Участники занятия-тренинга сидят. Ведущему дается задание изобразить с помощью жестов и мимики, то что написано, угадавший становится ведущим.

— Я не люблю плавать, у меня много друзей, мне нравится ухаживать за животными и.т.д.

Обсуждение.

- Легко или трудно было изобразить мысль?
- А в чем были трудности?
- Легко или трудно было отгадывать мысль?
- А в чем заключались трудности?

Не маловажным является как мы общаемся, существуют приемы активного слушания, которые помогут вам выстроить хорошие отношения с людьми.

- Доброжелательное кивание
- Поддакивание (фразы типа «ага», «да- да», «точно», «понимаю»)
- Пересказываете то, что Вам сообщил собеседник.

Приведите примеры того как «работают» эти приемы?

Факторы, влияющие на восприятие

- выражение Вашего лица
- Наше эмоциональное состояние в момент восприятия другого человека
- Важна ситуация, в которой происходит встреча
- Вкусы
- Возраст
- Пол

Упражнение в парах.: Сядьте парами, друг против друга. Попробуйте сделать комплимент с грустным выражением лица, и наоборот замечание с улыбкой. Обменяйтесь мнениями.

Предлагаю Вам поделиться впечатлениями:

- Что Вы почувствовали, выполняя задание?
- Что вы почувствовали, когда были слушателями?

Способы общения.

- Вербальный (с помощью слов, речи)
- Невербальный (мимика, жесты, поза, качество голоса)

Какие бывают виды общения? Классификаций много. Но основные мы перечислим.

Анонимное общение — это взаимодействие между незнакомыми людьми или же не связанными личными отношениями людьми. Это могут быть временные связи между людьми, (жители одного микрорайона, пассажиры транспорта, зрители одного зала). Они встречаются, вступают в контакт друг с другом и расходятся. Партнеры по общению остаются анонимными.

Ролевое общение Партнеров в этом общении связывают взаимные обязанности по отношению друг к другу: врач — больной, руководитель — подчиненный, лектор — слушатель, педагог — учащийся. В основном ролевое общение обусловлено должностью. Так, на производстве мастер выполняет распоряжения начальника цеха и исполняет роль подчиненного, а вернувшись домой, в отношениях “отец — дети” он же занимает ведущую роль.

Неформальное общение представляет собой всевозможные личностные контакты за пределами официальных отношений. Это, например, общение между друзьями.

Каковы же правила ведения беседы? Предлагаю детям самим составить эти правила.

Возможный вариант

Правила ведения беседы.

Предлагаются участникам назвать основные условия ведения беседы и дискуссии. В ходе коллективного обсуждения принимаются правила ведения дискуссии:

- покажите свое дружеское расположение к собеседнику;
- умейте выслушать мнение другого, не перебивайте говорящего;
- не отвлекайтесь, когда говорят другие;
- не избегайте взгляда собеседника, смотрите в глаза говорящего или слушающего вас;
- не бойтесь высказаться;
- четко и кратко излагайте свою мысль, избегайте многословия и отклонения от темы;
- проявляйте уважение к мнению другого, признавайте его право иметь свою точку зрения, возможно, и отличную от вашей;
- будьте вежливы и тактичны;

В заключении я предлагаю Вам упражнение

Упражнение-разминка “Островок безопасности”.

Ребята, представьте, что ваш корабль потерпел крушение, вы остались с группой на плотках (стулья), вам необходимо попасть на берег (на другой конец аудитории), переставляя стулья со стульев сойти нельзя.

Обсуждение.

- Какие чувства возникали у Вас при выполнении данного упражнения?
- Что помогало, а что мешало справиться с заданием?
- Было ли данное взаимодействие общением между вами?
- Какие виды общения вы использовали?

Рефлексия

- Что понравилось во время проведения занятия-тренинга?
- Что нового узнали по данной теме?
- Какие важные “открытия” для себя вами сделаны?
- И где, когда вы их сможете применить?

Спасибо всем за активное участие в нашем занятии.

Литература

- 1.Мудрик А.В. Время поисков и решений, или старшеклассникам о них самих. -М., 1989.
2. Психология современного подростка / под ред. Д.И. Фельдштейна. – М.,1989.
3. Психологические проблемы юности. (Сборник статей). Под ред. Чл. кор. АПН СССР проф. А.В. Петровского. М., 1985.
5. Хрестоматия по истории психологии/ под редакцией П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М.: Издательство МГУ, 1980.
6. Развитие личности учащегося в процессе общения. / (Подго. М.И. Боришевский и др.). Киев: Высшая шк., 1985.

