

МАСТЕР-КЛАСС ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

«ТРЕНИНГ ОБЩЕНИЯ С ПОДРОСТКАМИ ГРУППЫ РИСКА»

(в рамках областного семинара-стажировки «Эффективность использования инновационных реабилитационных технологий в работе с детьми группы риска (из опыта работы МОП «Подросток и общество» Кирсановского района)»

Овчинникова О.В.
педагог-психолог филиала МБОУ
«Уваровщинская сош» в с. Калаис
2.12.2016

Ход мероприятия:

Ведущий: «Здравствуйте, меня зовут... и мы с вами сегодня продолжим совершенствовать навыки общения и будем учиться договариваться друг с другом. Но для начала давайте познакомимся.

Упражнение «Представление»

Цели: формирование установок на выявление позитивных личностных и других качеств; умение представить себя и войти в первичный контакт с окружающими.

Каждый из вас должен себя представить, но не только назвать свое имя, но и постараться отразить свою индивидуальность так, чтобы все остальные участники вас запомнили. Назвать то, что вы в себе цените, что, по вашему мнению, заслуживает внимания. Это могут быть поступки, навыки, внешность и т.п.

Меня зовут Я ценю в себе... Мне нравится в себе.....

Звучание собственного имени для слуха человека — самая приятная мелодия. Так исполняйте эту мелодию для того человека, с кем вы говорите.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие друг друга и заряд положительными эмоциями.

Всем известно, что существует два вида общения: невербальное (с помощью жестов, мимики) и вербальное (с помощью слов). И сейчас я вам предлагаю поприветствовать друг друга без слов.

Разделитесь по парам. Предлагаю поприветствовать друг друга так, как это делают люди в разных странах: европейцы пожимают руку, стоя на большом расстоянии; японцы кланяются, сложив руки на груди; африканцы трутся ногами; русские крепко обнимаются.

Какое из них было самым приятным?

Упражнение «Общение»

Цель: дать участникам группы возможность войти в тему занятия.

Ведущий: Так как мы сегодня учимся общаться, давайте разберем само понятие «ОБЩЕНИЕ». Послушайте притчу про общение.

Три сита.

Один человек спросил у Сократа:

— *Знаешь, что мне сказал о тебе твой друг?*

— *Подожди, — остановил его Сократ, — просей сначала то, что собираешься сказать, через три сита.*

— *Три сита?*

— *Прежде чем что-нибудь говорить, нужно это трижды просеять. Сначала через сито правды. Ты уверен, что это правда?*

— *Нет, я просто слышал это.*

— Значит, ты не знаешь, это правда или нет. Тогда просеем через второе сито — сито доброты. Ты хочешь сказать о моем друге что-то хорошее?

— Нет, напротив.

— Значит, — продолжал Сократ, — ты собираешься сказать о нем что-то плохое, но даже не уверен в том, что это правда. Попробуем третье сито — сито пользы. Так ли уж необходимо мне услышать то, что ты хочешь рассказать?

— Нет, в этом нет необходимости.

— Итак, — заключил Сократ, — в том, что ты хочешь сказать, нет ни правды, ни доброты, ни пользы. Зачем тогда говорить?

Представьте себе, что слово «общение» требует расшифровки, но не обычной. Давайте на каждую букву слова «общение» подберем слова, характеризующие это понятие. В это слово входит 7 букв, (разделить по два человека на каждую букву, раздать листы с буквой)

Например:

О – объединение, открытость;

Б – близость, безопасность;

Щ – щедрость;

Е – единомыслие;

Н – необходимость;

И – искренность, истина...

Е – единение.

По окончанию работы обсудить полученные результаты.

Упражнение «Апельсин»

Цель— освоение различных путей общения. Умение предугадывать реакции партнеров по общению, действовать слаженно с другими людьми.

Следующее упражнение «Апельсин».

Требуется два добровольца, для проигрывания ситуации используется пример с апельсином (при этом одному человеку нужна кожура для пирога, а другому сок для питья).

Двое спорят о том, кому **достанется** этот апельсин, не упоминая при этом, зачем он им нужен. Приходит третий человек (ведущий). Не спрашивая, зачем им нужен апельсин, он берет и режет его на две части. И каждому протягивает по половине апельсина, всем своим видом давая понять, что нашел хороший вариант достижения компромисса. Такое решение не устраивает обоих спорящих (**ведь каждому из них нужен целый апельсин**).

Третий человек в растерянности, он спрашивает у участников, **что же делать?** Какие у них есть идеи на этот счет.

В том случае, когда кто-либо из участников предложит спросить двоих спорящих, зачем нужен им был нужен апельсин, последуйте этому предложению. И решение будет найдено.

Вывод - умение предугадывать реакции партнеров по общению, действовать слаженно с другими людьми.

Ведущий: Надеюсь, что сегодня вы меня не только слушали, но и слышали. Это еще один прием невербального общения — терпеливо слушать и слышать собеседника. Когда человек внимательно слушает другого человека, в нем буквально все — глаза, поза, выражение лица обращены к говорящему, что, в свою очередь, оказывает влияние на собеседника, помогает ему сформулировать свои мысли, раскрыться, быть максимально искренним. Когда нас не слушают — это очень неприятно.

А что может быть символом для этого правила? Морская раковина. Когда мы берем ее в руки, первое что мы делаем, это прикладываем ее к уху и не только *слушаем*, но и *слышим*

море...

И в продолжении темы сделаем упражнение на релаксацию

РЕЛАКСАЦИЯ

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните... Обратите внимание на ваше дыхание, ощутите его: воздух проходит через нос, горло, попадает в грудь, наполняет ваши легкие. Ощутите, как с каждым вдохом в ваше тело попадает энергия и с каждым выдохом уходят ненужные заботы, переживания, напряжение... Обратите внимание на ваше тело, почувствуйте его – от ступней до макушки. Вы слышите какие-то звуки, ощущаете дуновение ветерка на вашем лице. А теперь представьте, что вы оказались у моря. Вы медленно идете по берегу. Осмотритесь внимательно вокруг: какие вас окружают цвета, звуки, запахи... Посмотрите на небо, на море... Обратите внимание на ваше состояние: какие эмоции, чувства у вас возникают, как они изменяются во время прогулки. Вы никуда не спешите и можете спокойно идти дальше. Возможно, вы захотите зайти в воду и искупаться или посидеть на берегу. Сделайте это...

Сделайте глубокий вдох, выдох и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

Упражнение «ЛЕСТНИЦА КОММУНИКАТИВНОГО МАСТЕРСТВА».

Цель: самооценка коммуникативных навыков и умений каждого участника.

Ведущий: Наше занятие подошло к концу, дайте самооценку своего коммуникативного мастерства. Перед вами рисунок «лестница коммуникативного мастерства». Расположите себя мысленно на ступеньку лестницы в соответствии со своими собственными представлениями. Самая первая – полный профан, верхняя – асс коммуникации. Думаю, немногие из вас поставили себя на самую верхнюю ступеньку и поэтому еще есть над чем работать.