**ЗАНЯТИЕ С ДЕТЬМИ**

**ПЛАН-КОНСПЕКТ КОММУНИКАТИВНОГО ПРАКТИКУМА ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

**«Правила эффективного общения»**

**Обучающие цели:**

* способствовать пониманию учащимися приемов общения (техники активного слушания), как основы успешной коммуникации;
* расширение представлений о способах самоанализа и самокоррекции в сфере общения.

**Развивающие цели:**

* способствовать развитию коммуникативных навыков через организацию диалога и освоению способов и приемов эффективного общения и формированию умения использовать технику активного слушания,
* создать условия для развития и формирования социальной компетентности (эмпатии, рефлексии, поведенческой гибкости).

**Воспитательные цели:**

* способствовать формированию и развитию толерантности через развитие эмпатии на основе техники активного слушания;
* способствовать формированию и развитию способности ценностного и уважительного отношения к партнеру по общению; осознанию и пониманию своих слабых сторон, способности к саморазвитию.

**Материалы и требования к организации игры:**Цветной мел, карточки с заданиями для 4 групп, памятки, фломастеры, магниты, ручки, карточки со словами, мультимедийный проектор, ПК.

**Этапы занятия:**

1. Знакомство.
2. Обозначение темы занятия.
3. Практикум. Определение приемов эффективного общения через организацию групповой работы в сменных парах.
4. Практикум. Моделирование ситуаций с учетом полученных знаний и опыта (работа в группах). Презентация работы в группах.
5. Подведение итогов. Рефлексия.

**Ход занятия**

Организационный момент.

**Ведущий.** Здравствуйте! Спасибо вам, за то, что согласились принять участие в этом занятии. Надеюсь, этот опыт будет полезным и интересным для вас.

Наш разговор я хотела бы начать с высказывания Антуана де Сент-Экзюпери «Единственная известная мне роскошь – это роскошь человеческого общения». Как вы понимаете это высказывание?

ОТВЕТЫ. Ценность общения с близкими по духу, интересными людьми.

Давайте определим суть общения для вас.

Как бы вы закончили фразу: «Общение для меня – это …»

ОТВЕТЫ.

Обобщить ответы. Общение между людьми помогает им обмениваться информацией, воспринимать и понимать друг друга, перенять опыт и поделиться своим. Каждому из нас хочется быть успешным в общении с людьми, извлекать пользу из разговора, получать удовольствие от бесед, и, конечно же, произвести хорошее впечатление на собеседника.

Следовательно, общение предполагает взаимодействие, в результате которого решаются определенные задачи.

Всегда ли удается решать эти задачи эффективно?

ОТВЕТЫ.- не всегда.

От чего это зависит?

ОТВЕТЫ.- от многих факторов (личностные качества, навыки общения в различных ситуациях, темперамент)  
Как вы себя ощущаете в этой ситуации?

ОТВЕТЫ.- некомфортно.

В случае, когда «удается» - ощущения меняются? Каким образом?

ОТВЕТЫ.- да.

Ощущение Успеха, спокойствия, уверенности. То есть, ощущаете себя успешным в общении.

Тогда, что есть «эффективное общение»?

ОТВЕТЫ. **Эффективное общение** — это не просто передача информации. Для **эффективного общения**, важно не только уметь говорить, но еще уметь слушать, слышать и понимать, о чем говорит собеседник.

Хотелось бы изменить ситуацию, таким образом, чтобы в большинстве случаев чувствовать себя уверенно и комфортно в ситуации Общения с разными людьми в разных ситуациях?

Что для этого нужно? Развивать навыки общения, следуя определенным правилам.

Сегодня на нашем занятии мы с вами постараемся обобщить свои представления об эффективном общении, и на практике определим базовые принципы, которые помогают этого достигнуть.

Итак. Перед вами собеседник. Ваши действия?

ОТВЕТЫ.

Начиная разговор с незнакомым человеком, прежде всего, узнайте, как его зовут. Постоянно используйте имя собеседника во время разговора и не забывайте улыбаться. Для чего?

ОТВЕТЫ. Расположить к диалогу, продемонстрировать заинтересованность.

**Правило №1.**

*Имя собеседника- записать на ватмане «Правила».*

Это очень важно!

**Давайте и мы с вами познакомимся.**

**Знакомство.** Я вас попрошу назвать свое имя и поздороваться определенным образом с остальными участниками.

**Ведущий.** Спасибо. Мне было приятно познакомиться с вами.

Наше приветствие показало, что, не смотря на то, что мы с вами одинаково понимаем суть общения - в одной и той же ситуации ведем себя по-разному в силу личностных особенностей, темперамента, ситуации, опыта, возраста. По существу, умение общаться требует гибкости при выборе стиля с учетом особенностей собеседника и обстановки, в которой происходит общение.

Несомненно, что каждый из вас имеет определенный опыт общения, в том числе и успешный. Исходя из опыта успешного общения, скажите, какие моменты необходимо учитывать, чтобы диалог получился?

ОТВЕТЫ.

Записать в Правила.

!! Исходя из ответов, спланировать дальнейшую работу.

Итак, определимся с условиями диалога.

**Правило №2 "Зрительный контакт"**

**Произвольно разбиться на пары.**

Инструкция. Я вас попрошу в парах повернуться друг к другу спиной. Обменяйтесь несколькими фразами, не поворачивая головы.

Комфортно в таком положении?

Ответы.

*Что мешает? Чего не хватает?*

ОТВЕТЫ. Зрительного контакта. Видим эмоциональную реакцию (или ее отсутствие) и понимаем, насколько диалог эффективен или нет.

Повернитесь друг к другу лицом.

**Упражнение “Дистанция”.**

Вы повернулись друг к другу лицом. Встали на определенном расстоянии. Что означает это расстояние?

ОТВЕТЫ. Дистанция.

**Она важна в общении? Почему?**

ОТВЕТЫ. Уважение личного пространства собеседника.

Если люди более или менее длительное время общаются и взаимодействуют друг с другом, то между ними складываются определенные отношения. Степень близости наших отношений с тем или иным конкретным человеком может быть определена с помощью понятия «психологическая дистанция». Давайте попробуем выразить близость – дальность отношений друг с другом через дистанцию в буквальном смысле слова – через расстояние в пространстве.

Участники определяют комфортную для себя дистанцию.

**Можете ли вы назвать следующее правило?** *Учитывать дистанцию в общении*

Я предлагаю вам здесь и сейчас, проверить на практике буде ли меняться качество общения в ходе выполнения упражнения.

Договоритесь, кто 1-Слушает, 2- говорит.

Задание - построить диалог, исходя из задания на карточке.

Перед выполнением задания давайте уточним еще одно понятие. Слушать.

Есть ли смысловая разница между словами СЛУШАТЬ и СЛЫШАТЬ?

ОТВЕТЫ.

|  |  |
| --- | --- |
| **Ведущий. СЛУШАТЬ** | **СЛЫШАТЬ** |
| “делать сознательное усилие | физически воспринимать |
| услышать звук” или “обратить | звуки определенного значения |
| на него внимание”, т.е. это **волевой акт.** |  |
| **Чтобы слушать, необходимо желание.** |  |

**Уже из этого ясно, что слушать – больше, чем слышать. Слушать собеседника** или другими словами проявить заинтересованность к тому, о чем он говорит.

*Старайтесь вникнуть в то, что говорит ваш собеседник. Необходимо внимательно слушать, чтобы действительно понять, о чем идет речь, а не для того, чтобы просто ждать своей очереди что-то сказать в ответ.* Это еще одно **правило** эффективного общения.

Лучшая похвала для человека – это внимание к тому, что он говорит.

В ходе диалога мы будем дополнять инструкцию.

30 сек.

В ситуации общения важно давать обратную связь, это сигнал о том, насколько партнер проникнулся вашими чувствами, насколько он сопереживает вам, **поддерживает вас.** Для этого нужно понимать, какие эмоции преобладают в вас сейчас, и во власти каких эмоций находится ваш собеседник. Следует сообщить, что вы осознаете его состояние. Главное- взглянуть на ситуацию его глазами. Это называется умение сопереживать, или Эмпатия.

Каким образом вы можете оказать поддержку?

ОТВЕТЫ. Словами, взглядом, жестом.

Одним из вариантов может быть использование *Я-сообщений.*

*Прочитайте их. Что в них интересного?* Примеры

ОТВЕТЫ. Позволяют высказать свое отношение к данной ситуации, разделить чувства собеседника.

Почему это важно?

ОТВЕТЫ. Это помогает раскрыться и почувствовать, что его понимают.

30 сек.

Бывают ситуации, в которых возникает необходимость уточнить услышанную или сказанную информацию. Это позволит убедиться, что ваш собеседник правильно вас понял или вы его. Также будет проще понять мотивы тех или иных поступков, лучше понять себя.

Существуют определенные опорные фразы для осуществления обратной связи в диалоге. Слайд.

“Я правильно вас понял …”  
“Я правильно вас услышал, что …”  
“Разрешите я уточню …”, «Я хотел сказать …»

"Хотелось бы уточнить..."и т.д.

30 сек.

Закончите диалог. Поблагодарите друг друга.

Поделитесь ощущениями (по желанию).

ОТВЕТЫ.

Какие трудности возникли при выполнении упражнения?

ОТВЕТЫ.

Рефлексия – осознание и понимание своих слабых сторон, принятие себя, определение путей саморазвития.

* + 1. Устно проговорить «У меня получилось…».
    2. Выберите наиболее приятный для вас цвет сейчас, затем выберите то действие, как вы считаете которым вам необходимо овладеть, чтобы стать более успешным в общении и приклейте его в любое из окон.

Итак, цели сформулировали. Дело за малым – начать действовать. Первые шаги мы с вами сделали. Дальнейшее зависит от вас.

**Ведущий.** Посмотрите, (на ватмане сформулированные правила) какие правила вы уже сформулировали, что еще на ваш взгляд может представлять важность в общении?

Записать недостающие правила.

**Правила №№ Уважение. Вежливость. Не оценивать. Не перебивать.**

**Честность. Открытость.**

**Готовность идти на компромисс - Я прав.**

**Готовность к новым отношениям - Не рискуй.**

**Выводы, к которым мы сегодня пришли, являются для вас абсолютно новыми?**

ОТВЕТЫ. Нет. Общеизвестные правила.

Используете ли вы их в повседневном общении? Что мешает использовать их в общении?

ОТВЕТЫ.

**Ведущий.** Я рада, что свои знания вы выстроили в определенную систему, расширили свой поведенческий арсенал.

В знаниях самое интересное, что они полезны в жизни. Надеюсь, вы в этом убедились на практике.

Правила, которые мы с вами сформулировали, имеют место быть в жизни? В каких еще жизненных ситуациях возможно применить правила *эффективного общения*? Предложите свои варианты.

ОТВЕТЫ.

Заключение.

К сожалению, время нашей встречи подошло к концу. Я предлагаю подвести итоги следующим образом. Выберите любую фразу - закончите ее, исходя из того опыта, который вы получили за 10 минут. (передавая предмет)

ОТВЕТЫ.

Мы с вами определили, что есть Общение для вас, через практику сформулировали приемы эффективного общения, потренировались в их использовании. Для меня было важно услышать каждого, по моим ощущениям, диалог у нас получился.

**Слайд 8** Спасибо за занятие. Вы были для меня приятными собеседниками, хорошими слушателями. Надеюсь, опыт, полученный на занятии, позволит вам не допускать тех ошибок, о которых говорил Конфуций. *Есть три ошибки в общении людей. 1- это желание говорить прежде, чем нужно; 2- застенчивость, не говорить, когда это нужно; 3- говорить, не наблюдая за вашим слушателем.*

На память о нашей встрече, я хотела бы вам оставить *Памятки о правилах эффективного общения*.

Можете в качестве эксперимента, понаблюдать, как влияют на качество общения те правила, которые мы уточнили и сформулировали.

Возможно, для кого- то из вас будет важно поделиться своими наблюдениями, переживаниями в разных ситуациях общения, я готова стать вашим «слушателем». Вы можете со мной поделиться в форме электронного письма, или комментариев на сайте, прийти на консультацию (адреса указаны в Памятках).

До свиданья! Успехов! Спасибо!

**Ситуации для работы в парах.**

Ситуация 1

Диалог с прохожим.

*Вы в чужом городе. Отстали от своей группы. Заблудились. Обратитесь за помощью к прохожему, расскажите свою ситуацию.*

Ситуация 2

Диалог с другом/ подругой.

*Вы собираетесь к другу/ подруге на день рождения. Накануне заболели гриппом и не сможете пойти.*

Ситуация 3

Диалог с учителем.

*У Вас выходит спорная оценка по алгебре "3" - "4" за полугодие. Вы заинтересованы в «4», так как по остальным предметам Вы аттестованы на "4".*

Ситуация 4

Диалог с родителем. *Договоритесь с родителем о продолжительности прогулок с друзьями в весенний период, времени возвращения домой.*

Ситуация 5

Диалог с одноклассником.

*Вы с одноклассником должны были подготовить сообщение по истории. Информацию разделили.*

*Урок. Выясняется, что одноклассник не подготовил свою часть сообщения. Ваше выступление под вопросом. Есть перспектива получить "2".*

Ситуация 6

Диалог с продавцом

*Вы приобрели обувь в магазине. Через неделю поняли, что она вам неудобна, и Вы решили сдать ее обратно.*

Ситуация 7

Диалог с администратором гостиницы.

Вы отправились в путешествие, забронировали гостиницу. Приехав на место, выясняете, что вам дали не тот номер, который вы бронировали.

Ситуация 8

Диалог с родителем

*Скоро лето. Семья планирует летний отдых. У родителей свои представления о вашем отдыхе, у вас - свои.*

**Продолжение**

**Ведущий.** Большую часть времени мы проводим в коллективе, и выполняем деятельность по решению как индивидуальных, так и коллективных задач. Сейчас мы смоделируем коллективное взаимодействие.

#### Упражнение "Фигуры" Время10-15 минут. Ресурсы: веревка длиной равной 1м\*количество участников.

Группа делится произвольно на 2 части. Одной из них завязывают глаза, они – исполнители, другая- наблюдатели.

#### Инструкция: Для выполнения следующего упражнения нужно, чтобы вся группа встала в круг. Возьмите в руки веревку и встаньте так, чтобы образовался правильный круг. Теперь закройте глаза и не размыкая их, постройте квадрат. Использовать можно только устные переговоры. Когда вы посчитаете что задание выполнено, дайте мне знать.

Задание выполнено? Откройте глаза.

Обсуждение. Как вы считаете, вам удалось выполнить задание?  
Выслушиваем ответы. Но не комментируем их.  
**Ведущий.** Сейчас я предложу вам в таких же условиях построить другую фигуру. Сможете построить ее за более короткое время? Хорошо. Предлагаю повторить эксперимент. Закрываем глаза. Ваша задача построить равносторонний треугольник.

Можно группам предложить поменяться местами, и учитывая опыт – построить свою фигуру.

#### Итоги упражнения

* Вы довольны результатом группы?
* Какие факторы оказывали влияние на успешность выполнения задания?
* На какие из этих факторов вы могли повлиять?
* Какие выводы вы сделаете из упражнения?

Обсуждение. Что было важно? (слышать и слушать, проявлять инициативу, принимать решение группы, ...)Наблюдатели делятся увиденным.

Какое правило еще сформулируем?

* **Не перебивать, Не оценивать собеседника**

Правила, которые мы с вами сформулировали, имеют место быть в жизни?

*Ответы.* Да.

**Работа в группах.**

И я предлагаю вам применить эти знания в конкретных ситуациях.

Вы будете работать в группах по 3 - 4 человека, каждая группа выбирает ситуацию самостоятельно, исходя из ситуации, составить диалог с учетом полученных знаний. На работу в группах вам дается 3 минуты, на представление диалога – 1 минута.

Представление результатов работы в группах.

Подведение итогов. С какими трудностями вы столкнулись?  
На ваш взгляд, какой группе удалось оптимально применить правила эффективного общения – активного слушания?

В каких еще жизненных ситуациях, возможно, применить правила *эффективного общения*? Предложите свои варианты.

*Ответы.*

**Подведение итогов. Рефлексия.**

**«Синквейн» - получение обратной связи.**

Инструкция. Итоги я предлагаю подвести следующим образом. С помощью синквейна. Возможно кто – то из вас знаком с такой формой, кто - то получит новый опыт..

**Правила составления синквейна.**

1 строка – одно слово, обычно существительное, отражающее  главную идею;

2 строка – два слова, прилагательные, описывающие основную мысль;

3 строка – три слова, глаголы, описывающие действия в  рамках темы;

4 строка - фраза из нескольких слов, выражающая отношение к теме;

5 строка – одно слово (ассоциация, синоним к теме, обычно существительное, допускается описательный оборот, эмоциональное отношение к теме).