**Занятие с элементами коммуникативного тренинга «Умеем ли мы общаться»**

*Цель:* достижение хороших межличностных отношений, оптимального уровня психологической совместимости коллектива.

*Задачи:*

1. Практически применить упражнения, повышающие уровень коммуникативной компетенции.
2. Способствовать желанию самосовершенствоваться.

**Виды педагогического общения**

Если рассматривать всё многообразие коммуникативных взаимодействий «педагог-ребенок», взяв за основу их качество, можно говорить о двух распространённых типах педагогического общения.

**Упражнение «Как снять усталость»**

Известно, что педагог чаще использует методы педагогического манипулирования, когда он устал или у него плохое настроение. Энергетический потенциал педагога истощается и, как следствие этого, он прибегает к формальным средствам воздействия, не требующими большой эмоциональной самоотдачи.

Поэтому для того, чтобы уменьшить опасность применения средств педагогического манипулирования, учителю необходимо своевременно «сбрасывать» психическую усталость и поднимать своё настроение. Для этого нужно изучить самого себя.

**Возьмите лист бумаги и разделите его пополам вертикальной чертой. Слева напишите те занятия, которые помогают Вам хорошо отдохнуть, справа – те, которые способствуют улучшению Вашего настроения.**

**Написали? Теперь подумайте, как бы Вы могли перестроить свой распорядок дня или недели, чтобы в свободное время могли бы успеть заняться приятным для Вас делом. Такие занятия желательно планировать совместно с семьёй, детьми.**

***Занятия, которые приносят людям хорошее настроение и способствуют полноценному душевному отдыху:***

**- пребывание в кругу друзей;**

**- откровенная и открытая беседа;**

**- выражение своей любви и принятие любви другого человека;**

**- занятия спортом;**

**- прослушивание хорошей музыки;**

**- общение с детьми;**

**- приобретение новых друзей;**

**- ощущение себя «душою компании»;**

**- ведение оживлённой беседы;**

**- хороший сон;**

**- возможность дышать свежим воздухом;**

**- осознание возможности оказать помощь другим людям и т.д.**

Какие из этих занятий Вы смогли выбрать для себя? Могли бы Вы назвать занятия, которые приносят Вам положительные эмоции?

**ТЕСТ**

**«Приятны ли Вы в общении»**

Увы, общительность не всегда является признаком того, что с человеком приятно разговаривать. Многие люди могут утомить своей общительностью через пять минут разговора. Скорее всего, в Вашем окружении окажется не один и не два таких собеседника.

А Вы приятны в общении? Получить ответ на этот вопрос Вам поможет этот тест. Ответьте на вопросы утвердительно или отрицательно.

1. Вы любите больше слушать, чем говорить?
2. Вы всегда можете найти тему для разговора даже с незнакомым человеком?
3. Вы всегда внимательно слушаете собеседника?
4. Любите ли Вы давать советы?
5. Если тема разговора Вам неинтересна, станете ли показывать это собеседнику?
6. Вы раздражаетесь, когда Вас не слушают?
7. У Вас есть собственное мнение по любому вопросу?
8. Если тема разговора Вам неинтересна, станете ли её развивать?
9. Вы любите быть в центре внимания?
10. Вы – «душа компании»?
11. Вы хороший оратор?

Если Вы ответили положительно на вопросы **1,2,3,6,7,8,9,10,11,**засчитайте **по** **1 баллу за каждый из них.**

А теперь подсчитаем.

**1 – 3 балла**. Следует задуматься. Общение с Вами далеко не всегда приятно, а иногда и тяжело. Может быть, Вы не умеете слушать собеседника, прерываете его на полуслове и начинаете излагать свою точку зрения? Если это так, постарайтесь относиться к людям более внимательно и интересоваться ими, ведь, как говорил французский писатель Андре Моруа, **«для человека нет более интересной темы, чем он сам».**

**4 – 9 баллов.** Вы без сомнения общительный, внимательный и приятный собеседник. Вы можете быть и весьма рассеянным, когда не в духе, однако когда требуется Ваша помощь и поддержка, Вы всегда готовы оказать её.

**9 – 11 баллов.**Вы относитесь к типу людей, у которых много друзей и приятелей. Близкие не могут обойтись баз Вашей поддержки и советов. Это прекрасно. Однако возникает только один вопрос**: не приходится ли Вам иногда соблюдать чужие интересы в ущерб своим собственным?**

**Упражнение «Откровенность против манипулирования»**

**(2 группы)**

Согласитесь, большинство педагогов, общаясь со своими воспитанниками, остаются закрытыми от них, как бы «за кадром». Мало рассказывают о себе как о человеке, о своих переживаниях, о своём отношении к людям, значимым ситуациям, словом, мало откровенны с ними.

***Анализ ситуации: Вы спросили во время НОД воспитанника и он не смог вам ответить: «Ну, довертелся, и не услышал вопрос!».***А что скажет педагог, если он стремится быть откровенным и открытым человеком и хочет избежать педагогического манипулирования?

***В этом случае он говорит:*«Знаешь, Серёжа, я уверена, что ты знаешь и можешь ответить. Ты – способный мальчик! Но когда отвлекаешься, то ты невнимательный. Я была бы рада, тебя услышать по тому вопросу».**

***Сравним эти две фразы:***

Первая является выражением – манипуляции, прослушивание – оценка. Педагог личностно закрыт, он не присутствует как человек. В словах педагога не выявлено его отношение к воспитаннику и к тому положению, в которое он попал.

Анализ второй фразы показывает, что педагог выражает своё личное отношение: **«Я переживаю, я была бы рада».** Психологический механизм второго высказывания педагога состоит в демонстрации равноправной позиции педагога: его откровенность направлена к ребенку как человеку, как к равноправному партнёру по коммуникативному взаимодействию.

***Продолжим нашу игру.* Как дальше построит своё реальное общение с воспитанником? (высказывания педагогов).**

Вспомните, какие ещё проблемные ситуации в Вашей педагогической деятельности Вы могли бы разрешить при помощи откровенной беседы с воспитанником? Попробуйте на практике преодолеть привычку к педагогическому манипулированию и быть в саду «меньше педагог – больше человеком».

**Когда Вы разговариваете со ребенком, представьте, что между Вами протянулась невидимая нить – от Ваших глаз к его глазам, от Вашей души к его душе. Говорите так, чтобы не порвать эту нить, держите её.**

**Общаясь с группой, натягивайте эту психологическую нить между собой и ребятами, отслеживайте её: в какой-то момент беседы она ослабевает затем снова напрягается. Помните, эта нить – Ваш взаимный психологический контакт с Вашими воспитанниками.**

(Играет спокойная, тихая музыка).

**Психолог:**«Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку. Мысленно наполните её до краёв своей добротой. Представьте рядом другую, чужую чашку, она пустая. Отлейте в неё из своей чашки доброты. Рядом ещё одна пустая чашка, ещё и ещё. Отливайте из своей чашки доброты в пустые чашки. Не жалейте!

А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая, полная? Добавьте в неё своей доброты. Вы можете делиться своей добротой с другими, но ваша чашка всегда будет оставаться полной.

Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажите: «Это я! У меня есть такая чашка доброты!»

А теперь скажите, у кого каким цветом была доброта в чашке.

***Целебные и магические свойства цветов***

**Красный.**Этот яркий насыщенный цвет подстёгивает активность всего организма, - он согревает его, наполняет живительной силой. Красный – цвет энергии и властолюбия. Считается, что он обладает согревающим свойством, помогает при депрессиях, подсушивает мокрые раны, его считают отличным средством для лечения болезней крови, бронхиальной астмы, пневмонии, простуды, ревматизма, половых расстройств и даже косоглазия.

**Оранжевый.**Этот цвет укрепляет иммунитет, восстанавливает половую потенцию, помогает при лечении заболеваний почек и желудочно-кишечного тракта. Наполняет организм мощной животной силой, заставляет усиленно работать, согревает организм и способствует решению сложных проблем. Оранжевый цвет – цвет плодородия, деловой удачи. Это цвет активных людей.

**Жёлтый.**Это цвет интеллекта. При его помощи лечат косоглазие, заболевание сосудов и сетчатки глаз. Жёлтый активизирует двигательные центры, генерирует мышечную энергию, оказывает стимулирующее и очищающее действие на кожу, печень и кишечник, обладает слабительным и желчегонным свойством, усиливает потенцию. Он способен обогащению и привлечению коммерческой удачи. А ещё он - цвет Солнца и как это животворящее светило быстро снимает усталость, наполняет сердце весельем и радостью, гонит прочь тоску. Согревает организм.

**Зелёный.**Действует на человека умиротворяющее. При его помощи лечат такие заболевания, как сердечная недостаточность, различные нервные заболевания, почки и печень. Зелёный цвет способствует скорейшему заживлению ран и сращиванию костей. В решении семейных или деловых вопросов – это «неподкупный судья» не только не позволит возникнуть конфликту, но и подскажет компромиссное решение всем сторонам спора.

**Голубой.**Недостаток этого цвета может привести к сколиозу, воспалению гланд, заболеваниям половой системы, почек, мигрени и инсульту. Его используют и при лечении этих заболеваний и профилактики их. Этот нежный, ласковый цвет неба обладает способностью активировать мыслительную деятельность человека, стимулировать его творческую энергию. Голубой цвет очищает мысли, рассеивает негатив, полученный от других людей, помогает справиться с отрицательными эмоциональными ситуациями.

**Синий.**Синим цветом, лечат сильные кровотечения, лихорадочные состояния, раздражительность, заболевания желудочно-кишечного тракта, в начальной стадии катаракту и близорукость. Этот цвет концентрирует внимание, даёт покой, делает человека более открытым к миру, ускоряет лечение воспалительных заболеваний, снимает нервную возбудимость при эмоциональных расстройствах, помогает при бессоннице.

**Фиолетовый.** Применяют при лечении ревматизма и эпилепсии. Он отлично снимает возбуждение и улучшает работу селезёнки. Это цвет называют магическим. Он помогает находить ключи в разгадке тайн, способствует строить и укреплять.

**Розовый.**Несёт энергетический заряд, направленный на чувство покоя, любовь, безграничную нежность, семейное счастье.

**Абрикосовый.**Несёт энергетический заряд, направленный на сопереживание, довольство собой.

**Пурпурный.**Цветовой оттенок нездоровой энергетики, несёт энергетический заряд, направленный на активизацию всех негативных побуждений человека.

**Сиреневый.**Несёт энергетический заряд, направленный на увеличение парапсихологических способностей, таланта и восприятия окружающего мира.

**Бордовый.**Несёт энергетический заряд, направленный на усиление силы воли, избавление от неуверенности.

**Алый.**Несёт энергетический заряд, направленный на излишнюю чувственность, склонность к принципиальности и фанатизму.

**Малиновый.** Несёт энергетический заряд, направленный на самостоятельность в мышлении, доброжелательности к окружающему миру.

**Лимонный.**Несёт энергетический заряд, направленный на бесчеловечность, жестокость, необузданность.

**Золотой.**Несёт энергетический заряд, направленный на человеческую зрелость и мудрость, талант, но при этом и на обман и пессимизм.

**Белый.** Цвет чистоты, свежести, взаимопонимания, несёт чистые помыслы мыслей.

А сейчас мы вернёмся к нашим эмоциям и настроению, т.е. узнаем, какие эмоции и настроение преобладают в «Королевстве Внутреннего Мира» каждого из нас в конце нашего занятия.

Пусть встанут те, кто чувствует себя в данный момент – **счастливым; грустным; сердитым; смешливым, обиженным, довольным, виноватым, радостным, испуганным, удивлённым.**

***Рефлексия***

**Сейчас я снова скажу Вам «Волшебные слова»**

**«До свидания!», «Спасибо!», «Простите!»**

**Щедро дарите.**

**Дарите прохожим, Друзьям и знакомым.**

**В троллейбусе, в парке, и в школе и дома.**

**Слова эти очень важны.**

**Они человеку, как воздух нужны.**

**Без них невозможно на свете прожить.**

**Слова эти нужно с улыбкой дарить.**

**«До свидания!»**

**Всем спасибо.**