

Тренинг общения для педагогов в рамках производственной учебы МБДО ДЮЦ

Дата проведения: 09.01.2014

Цель: Осознание педагогами своей индивидуальности. Помощь педагогам в налаживании эффективного взаимодействия с окружающими. Коррекция эмоционального отношения педагогов к себе. Развитие коммуникативных способностей.

Методы работы и технологии: индивидуальные и групповые формы работы, игровые технологии.

План проведения:

1. Приветствие и разминка.

Вступительное слово.

Ведущий: Добрый день, уважаемые коллеги! Как всем вам известно, наша работа — работа педагога — требует от нас умения общаться как с детьми, так и со взрослыми. Поэтому мы должны учиться способам правильного, эффективного общения, развивать в себе умение оказывать психологическую поддержку как вербальными, так и невербальными средствами общения, знать принципы и методы общения.

Для того, чтобы наша работа была эффективной, необходимо принять некоторые правила:

1. Общение по принципу «здесь и теперь» - для многих стремление в область общих соображений, обсуждение случившегося с другими людьми и т.п. это срабатывает механизм психологической защиты. Но основная идея тренинга – превратить группу в своеобразное объемное зеркало, в котором каждый член группы смог бы увидеть себя во время своих различных проявлений лучше узнать себя и свои личностные особенности.

Поэтому говорим о том, что волнует участников именно сейчас и обсуждаем то, что происходило с ними в группе.

2. Принцип открытости, искренности - говорят только то, что чувствуем, только правду или молчим. При этом открыто, выражаем свои чувства по отношению к действиям других участников.

3. Принцип конфиденциальности - все, что происходит во время занятий, не выносится за пределы группы. Это облегчает включение участников в групповые процессы, способствует их самораскрытию. Участники не боятся, что содержание их общения может стать общеизвестным.

4. Персонификация высказываний (участники говорят от своего имени в настоящем времени) - отказ от безличных речевых форм, помогающим людям в повседневном общении скрывать собственную позицию и уходить от ответственности. Поэтому заменим высказывания типа: «Большинство

моих друзей считают, что...», «некоторые думают...», на суждения: «я считаю, что...», «я думаю...» и т.п.

5. Активное участие – участники должны принимать активное участие в предлагаемых упражнениях, для того, чтобы на личном опыте приобрести необходимые качества и умения.

Упражнение “Самое существенное в моем характере, жизни”

Задумайтесь о том, что в вас, в вашем характере, в вашей жизни является самым важным, самым существенным. А теперь попробуйте найти этому краткую форму выражения метафорой или в стихотворной форме, например: “Лед и пламень”, “То как зверь она завоет, то заплачет, как дитя”, “Тиха, печальна, молчалива...”.

- « Сейчас по кругу, по очереди, начиная с участника, сидящего справа от ведущего, начинайте представляться группе. Сначала назовите свое имя, а затем скажите несколько слов о себе, о своей сути. Лучше, если это будет сказано одной фразой, можно в стихах или с использованием метафоры. То, что вы только что придумали».

Упражнение «Комплимент»

Ведущий: Умение увидеть сильные стороны, положительные качества у любого человека и, главное, найти нужные слова, чтобы сказать ему об этом, - вот что необходимо для приятного и продуктивного общения.

Давайте попробуем проверить, насколько мы доброжелательны друг к другу, умеем видеть хорошее в другом и говорить об этом”.

Для этого участники садятся в большой круг, каждый должен внимательно посмотреть на партнера, сидящего слева, и подумать о том, какая черта характера, какая привычка этого человека ему нравится и он хочет сказать об этом, т.е. сделать комплимент.

Начинает любой из членов группы, который готов сказать приятные слова своему партнеру, сидящему слева от него. Во время высказывания все остальные участники должны внимательно слушать выступающего.

Тот участник, которому сделан комплимент, должен, как минимум, поблагодарить, а затем, установив контакт с партнером, сидящим слева от него, сделать свой комплимент и т.д. по кругу, до тех пор, пока все участники тренинга не сделают комплимент партнеру.

Ведущий: Что было легче: делать комплимент или отвечать на него?

КОММЕНТАРИЙ

Ведущий во время высказывания участников должен следить за тем, чтобы все остальные ребята не мешали ему говорить. Необходимо их настроить на тактичное отношение друг к другу, на развитие умения слушать и слышать говорящего, обращая внимание на его манеру устанавливать контакт (поприветствовал своего партнера или забыл это сделать, смотрит в глаза или в сторону, как держит руки, как говорит и т.п.).

Если кто-то из участников не готов к тому, чтобы сделать приятное партнеру, он имеет право пропустить ход и сказать после всех.

Следить за тем, чтобы каждый сделал комплимент соседу, сидящему слева, должен ведущий.

Игра-активатор “Друг к дружке”.

Ведущий: Сейчас вы будете играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро.

Выберите себе партнера и быстро пожмите ему руку.

А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро “поздороваться” друг с другом. А когда я скажу: “Друг к дружке!”, вы должны будете поменять партнера.

- Правая рука к правой руке!
- Левая рука к левой руке!
- Спина к спине!
- Друг к дружке!
- Бедро к бедру!
- Ладонка к ладонке!
- Пятка к пятке!
- Друг к дружке!
- Носок к носку!
- Живот к животу!
- Большой палец руки к большому пальцу руки!
- Друг к дружке!
- Бок к боку!
- Колено к колену!
- Мизинец к мизинцу!
- Друг к дружке!
- Затылок к затылку!
- Локоть к локтю!
- Кулак к кулаку!

Рефлексия чувств.

Особое внимание уделяется тому, насколько трудно и легко было преодолевать выполнять упражнения.

После окончания этого этюда участники могут поделиться друг с другом и со всей группой своими ощущениями.

2. Основная часть

Упражнение «Ассоциации».

Работа с образами. «Общение – это...». Выяснение смыслового понимания слова участниками группы. Варианты фиксируются ведущим на доске.

Ведущий: Так как наш тренинг - это тренинг общения, то давайте для себя выясним, что же для каждого означает слово «общение». Высказывание участников. Затем все варианты зачитываются.

Метафора общения.

Один человек заблудился в лесу, и, хотя он направлялся по нескольким тропинкам, каждый раз надеясь, что они выведут его из леса, все они приводили его обратно в то же место, откуда он начинал.

Еще оставалось несколько тропинок, по которым можно было попробовать пойти, и человек, усталый и голодный, присел, чтобы обдумать, какую из тропинок теперь выбрать. Когда он размышлял над своим решением, он увидел, как к нему идет другой путешественник. Он крикнул ему: «Вы можете мне помочь? Я заблудился». Тот вздохнул с облегчением: «Я тоже заблудился». Когда они рассказали друг другу о том, что с ними случилось, им стало ясно, что они уже прошли по многим тропинкам. Они могли помочь друг другу избежать неверных тропинок, которыми кто-то из них уже прошел. Скоро они смеялись над своими злоключениями и, забыв об усталости и голоде, вместе шли по лесу.

Ведущий: Жизнь похожа на лес; иногда мы теряемся и не знаем, что делать, но, если мы будем делиться своими переживаниями и опытом, путешествие станет не таким уж плохим и мы будем иногда находить лучшие тропинки, лучшие пути.

Упражнение «Волшебные слова»

Ведущий: Одним из основных коммуникативных умений, которыми должен овладеть общительный человек, является умение говорить "волшебные слова". В самом начале разговора нужно расположить собеседника к себе, сказать несколько слов, которые помогли бы вам установить более теплые и приятные отношения. Мы уже научились говорить комплименты, подчеркивая основные достоинства собеседника.

Сегодня мы вспомним некоторые "волшебные слова" и выражения. Какие "волшебные слова" вы знаете? Прошу высказываться. При этом желательно обосновать, в каком случае то или иное слово будет уместным и даст нужный эффект.

Ответы педагогов.

А теперь, в ходе взаимных контактов, постарайтесь употреблять их, каждый раз, сознательно отмечая собственные ощущения и реакцию партнера.

Упражнение «Контакты»

Ведущий: Умение устанавливать контакты совершенно необходимо для приятного и продуктивного общения (коммуникации). Но человек не рождается с этим умением, оно - результат длительной и настойчивой работы над собой.

Именно этим мы сейчас и займемся. Проведем серию встреч с разными людьми. Вы, используя уже освоенные приемы и способы общения должны легко и свободно войти в контакт с партнером, начать разговор или поддержать его, также приятно расстаться с ним".

Члены группы встают (салятся) по принципу "карусели", т.е. лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный (участники

стоят спиной к центру круга и внешний подвижный (участники расположены лицом к центру круга).

По сигналу ведущего все участники внешнего круга делают одновременно 1 или 2 шага вправо (или пересаживаются на стул, стоящий справа от них) и оказываются перед новым партнером. Таких переходов будет несколько. Причем каждый раз роль участникам задает ведущий.

Примеры ситуаций "Встреча"

1) "Перед вами человек, которого вы видите первый раз, но вам он очень понравился и вы хотели бы - с ним познакомиться. Некоторое время вы раздумываете, а затем обращаетесь к нему..."

Время на установление контакта, приветствие и проведение беседы 2 -3 мин. Затем ведущий дает сигнал, участники должны в течение 1 мин закончить начатую беседу, попрощаться и перейти вправо к новому партнеру.

Примечание. Эти правила распространяются и на нижеследующие ситуации.

2) "В вагоне метро вы случайно оказались рядом с известным киноактером. Вы обожаете его и, конечно, хотели бы с ним поговорить. Ведь для вас такая большая удача..."

Роль актера играют участники, сидящие во внутреннем круге.

3) "Вам очень нужна довольно крупная сумма денег (решили купить себе сразу две новые видеокассеты). Нужно поговорить с родителями. И вот, наконец, решились подойти к отцу (маме)."

Роль одного из родителей играют участники внешнего круга, причем необязательно пол родителя должен соответствовать полу участника, т.е. девушка может играть роль отца, а юноша - роль мамы.

4) "Вы узнали, что один из ваших сотрудников дурно отзывался о вас в праздничной компании. Надо с ним поговорить. Конечно, это не очень приятный разговор, но лучше сразу все выяснить, чем строить догадки и переживать по этому поводу. Случай представился, вы одни, никого нет рядом..."

КОММЕНТАРИЙ

Ведущему следует обратить особое внимание участников на то, как они вступают в контакт, начиная встречу, какие приемы и способы коммуникации они используют, как они поддерживают разговор и заканчивают беседу.

После очередного перехода, смены партнеров ведущий, задавая ситуацию, определяет конкретные роли для каждого круга. Например, участники внутреннего круга играют роль ребенка, а внешнего - родителя.

Упражнение «Переводчик»

Цель: Отработка навыка понимания мыслей собеседника и их интерпретации для повышения качества общения.

Участник и помощник стоят перед аудиторией. Помощник зачитывает по предложениям выданный ему текст. Особенность текста – нарушенный порядок слов в предложениях. Задача участника «переводить» текст, используя правильный порядок слов.

Обсуждение: В каких случаях приходится вслух интерпретировать слова собеседника? Какие цели при этом достигаются?

Пример текста:

- 1). Ребенок, переносит который меньше оскорблений, человеком вырастает, более свое сознающим достоинство.
(Ребенок, который переносит меньше оскорблений, вырастает человеком, более сознающим свое достоинство.)
- 2). Воспитание есть воздействие другого одного человека на с целью воспитываемого усвоить заставить нравственные известные привычки.
(Воспитание есть воздействие одного человека на другого с целью заставить воспитываемого усвоить известные нравственные привычки.)
- 3). В нерешительности минуту действуй быстро и сделать старайся шаг первый , хотя и лишний бы.
(В минуту нерешительности действуй быстро и старайся сделать первый шаг, хотя бы и лишний.)
- 4). В должно человеке быть прекрасно и одежда все : и лицо, и одежда, и душа, и мысли.
(В человеке должно быть все прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли).
- 5). Кто желает властвовать собой над , тот чувства порой сдерживать должен .
(Кто властвовать желает над собой, Тот должен чувства сдерживать порой.).
- 6). Что ты сделаешь сам своих для родителей , того ожидай же и себе от детей.
(Что ты сам сделаешь для родителей своих, того же ожидай и себе от детей).
- 7). Когда хочет человек узнать - исследует он , спрятаться когда он хочет с от жизни тревог - он выдумывает.
(Когда человек хочет узнать - он исследует, когда он хочет спрятаться от тревог жизни - он выдумывает).

Рефлексия чувств.

Ведущий предлагает поделиться опытом, рассказать о своих ощущениях, что вызвало затруднения.

3. Заключительная часть

Упражнение «Подарок»

Все участники садятся по кругу.

«Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать ("вручить") молча (невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча».

Когда все получают подарки (круг замкнется), тренер обращается к тому участнику группы, который получил подарок последним, и спрашивает его о том, какой подарок он получил. После того как тот ответит, тренер обращается к участнику, который вручал подарок, и спрашивает о том, какой подарок он сделал. Если в ответах есть расхождения, нужно выяснить, с чем конкретно связано непонимание. Если участник группы не может сказать, что ему подарили, можно спросить об этом у группы. Полученный материал позволяет обсудить идеи, относящиеся к закономерностям подготовки передачи и приема информации в процессе общения.

При обсуждении упражнения участники могут формулировать условия, которые облегчают понимание в процессе общения. Чаще всего к этим условиям относят выделение существенного, однозначно понимаемого признака «подарка», использование адекватных средств невербального изображения существенного признака, концентрацию внимания на партнере.

Анкета «Обратная связь»

Заполнение анкет

Заключение

Ведущий: Спасибо всем за участие, искренность. Желаю вам всегда понимать себя и других. Удачи!

Анкета «Мнение»

1. Степень твоей включенности: 012345678910 (Обведи кружочком соответствующий балл.)

2. Что мешает тебе быть более включенным в занятие? _____

3. Самые значимые для тебя эпизоды, упражнения, во время которых тебе удалось сделать определенный «прорыв», что-то лучше понять в себе, в чем-то разобраться. _____

4. Что тебе очень не понравилось на этом занятии? Почему? _____

5. Твои замечания и пожелания ведущему (по содержанию, по форме занятий и т.п.) _____

6. Что ты еще хотел бы написать? _____

