**Занятие 1**

**Эффективное общение**

**Задачи:**

* способствовать формированию и развитию благоприятного психологического климата в коллективе класса /группы;
* развивать навыки эффективного взаимодействия и общения у обучающихся.

**Материал и оборудование:** стулья на каждого участника, расставленные по кругу,бейджи на каждого участника (можно использовать малярный скотч), маркеры, карточки (с изображением предметов, эмоций).

**Ход занятия**

**Вступительная часть**

Время: 2 минуты.

Обучающиеся сидят в кругу.

*Здравствуйте****,*** *ребята! Меня зовут ФИО, я педагог-психолог. Я проведу у вас несколько занятий, направленных на формирование способов эффективного общения в классе/группе. Наши занятия будут проходить один раз в неделю и включать в себя различные игры и упражнения. Каждый из нас имеет свой характер, свои привычки и особенности в общении с другими людьми. Независимо от того, как мы друг к другу относимся, нам важно уметь выстраивать отношения с любым человеком. Сегодня мы потренируемся использовать приемы невербального общения. Все ли знают, что такое невербальное общение?* При необходимости педагог-психолог дает разъяснения. *Во время занятия вы можете задавать различные вопросы. Помните, что нет неправильных и правильных вопросов.*

Все участники заполняют и прикрепляют к одежде бейджи, на которых написано их имя.

Педагог-психолог предлагает участникам вспомнить правила работы в группе. Примерные варианты правил:

1. обращаться по имени;
2. уважение к говорящему (если один говорит, мы его не перебиваем, даем возможность высказаться);
3. не пользоваться телефоном;
4. конфиденциальность всего происходящего в группе;
5. соблюдать корректность поведения (воздерживаться от вербальной и физической агрессии);
6. правило «СТОП» (если кто-то не может говорить или участвовать в упражнении может отказаться, сказав «стоп»);
7. искренность в общении (во время работы группы важно говорить только правду, если нет желания высказаться искренне, то лучше промолчать).

**Разминка «Хлопки»**

Время: 5 минут.

Обучающиеся сидят в кругу.

*Ребята, сейчас вы услышите несколько утверждений. Если вы согласны с утверждением хлопните в ладоши один раз. Каждый отвечает сам за себя:*

1. *у меня отличное настроение;*
2. *я рад началу учебного года;*
3. *я пришел сюда, потому что сказали прийти;*
4. *я пришел сюда, потому что мне интересно;*
5. *я готов к работе в нашей группе.*

При необходимости педагог-психолог поддерживает выбор участников и комментирует их действия.

**Упражнение «Договоритесь без слов»**

Время: 10 минут.

Обучающиеся сидят в кругу.

*Ребята, сейчас мы с вами потренируем свои навыки понимания невербальной информации. Вам нужно будет без слов договориться между собой в выполнении одного и того же действия. Вытяните вперед одну руку, зажатую в кулак. По моему хлопку «выбросьте» из кулака несколько пальцев.* После первого кона игры педагог-психолог обращает внимание обучающихся, что все игроки показывают разное количество пальцев и что, основная задача всей команды сделать так, чтобы все одновременно показали одно и тоже количество пальцев.Игра заканчивается только тогда, когда все участники одновременно покажут одинаковое количество пальцев. Педагог-психолог обращает внимание игроков на то, что во время упражнения нельзя разговаривать.

**Рефлексия**

Примерные вопросы обучающимся:

* *Что помогало, а что мешало справиться с заданием?*
* *Каким образом удалось договориться?*
* *Сложно ли было договориться без слов?*

**Упражнение «Телеграмма»**

Время: 10 минут.

Обучающиеся стоят в кругу.

До начала игры педагог-психолог предлагает обучающимся по желанию выбрать основного игрока.

*Ребята, основной игрок встает в центр круга. Остальные участники берутся за руки и образуют круг вокруг него. Один из участников круга* (выбирается по желанию) *говорит: «Я отправляю телеграмму …» и называет имя одного из участников,* стоящего *напротив. После этого он нажимает незаметно на руку участника, который находится справа или слева от него, тот передает рукопожатие следующему и так дальше по цепочке. Когда рукопожатие дойдет до участника, которому послана телеграмма, он должен сказать: «Телеграмму получил». Задача основного игрока – не допустить доставку телеграммы до адресата. Он должен отследить сигнал-рукопожатие и в момент передачи «телеграммы», показать на игрока, у которого она находится, назвать его имя, и сказать: «СТОП - телеграмму перехватил».* Педагог-психолог обращает внимание обучающихся на то, что переговариваться во время игры запрещено. Игру можно повторить несколько раз, меняя основного игрока, а также тех, кто отправляет и получает телеграмму.

**Рефлексия**

Примерные вопросы обучающимся:

* *Что было самым сложным в этом упражнении?*
* *Что помешало быстро перехватить телеграмму? / Что помогло быстро перехватить телеграмму?*
* *Что для себя нового узнали, когда выполняли это упражнение?*

**Упражнение «Предметы»**

Время: 15 минут.

Обучающиеся сидят в кругу.

Педагог-психолог предлагает, по желанию, выбрать одного из участников, которому он прикалывает на спину карточку. На карточке может быть написано название предмета (солнце, цветок и т.п.) или эмоционального состояние (радость, грусть и т.п.).

*Ребята, сейчас мы выполним упражнение. Задача игрока, у которого на спине будет карточка с изображением предмета, эмоции, подходить к остальным участникам группы (по своему выбору) и те, к кому он подойдет, на невербальном уровне (с помощью жестов, мимики и пантомимики) постараются показать ему, что написано у него на карточке. Задача участника – понять, что написано на карточке. После того как участник отгадает, что написано у него на карточке, выбирается следующий игрок.*

**Рефлексия**

Примерные вопросы обучающимся:

* *Что было самым трудным в этом упражнении?*
* *Сложнее было показывать или понимать действия участников?*

**Заключительная часть**

Время: 3 минуты.

*Ребята, наше занятие подходит к завершению. Сегодня мы попробовали общаться без слов, на невербальном уровне, используя различные способы. Попрошу вас ответить на вопросы:*

* *Легко или сложно было обходиться без слов?*
* *Какие невербальные приемы вы использовали чаще всего?*
* *Были ли какие-то невербальные способы передачи информации, которые вы увидели впервые и хотели бы взять их на заметку?*

*Благодарю вас за работу! До следующей встречи!*