**Занятие 2**

**Эффективное общение**

**Задачи:**

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

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

**Ход занятия**

**Вступительная часть**

Время: 3 минуты.

Обучающиеся сидят в кругу.

*Здравствуйте,**ребята! Сегодня наше занятие будет направлено на развитие навыков общения.*

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

**Ритуал приветствия**

**Упражнение «Импульс»**

Время: 4 минуты.

Обучающиеся сидят или стоят в кругу.

*Ребята, давайте вспомним игру «Импульс».*

Обучающиеся закрывают глаза и вытягивают руки вперёд. Педагог-психолог проходит по кругу, выбирая ведущего. Он касается ладони каждого участника один раз и только до ладони ведущего он касается два раза. После того как педагог-психолог выбрал ведущего, обучающиеся берутся за руки, и ведущий сжимает ладонь рядом сидящего одноклассника (передаёт «импульс»), в свою очередь одноклассник передаёт «импульс» следующему второй рукой и так по кругу (по часовой или против часовой стрелки), пока «импульс» не вернётся к ведущему с другой стороны. Во время игры подростки строго смотрят прямо перед собой, не опуская глаза на уровень рук.

**Упражнение «Беседа»**

Время: 25 минут.

*Ребята, для выполнения упражнения вы должны объединиться в пары*. По желанию или же с помощью жеребьёвки. Если в группе нечётное количество участников, педагог-психолог может сам принять участие в упражнении. Далее педагог-психолог раздаёт каждой паре карточку с темой (темы продумывает заранее).

*На выполнение упражнения даётся 8 минут*. *По моему сигналу каждые 2 минуты вы будете менять положение, не прекращая при этом разговор. Всего у вас будет 4 позиции:*

1. *первая позиция – сидя спиной друг к другу,*
2. *вторая и третья позиции – один сидит, другой стоит и наоборот,*
3. *четвёртая позиция – лицом друг к другу*

**Рефлексия**

Примерные вопросы обучающимся:

* *Было ли вам легко или сложно поддерживать разговор, когда менялась позиция?*
* *В каком положении ведение беседы было наиболее сложным, некомфортным?*
* *В каком положении ведение беседы было наиболее комфортным?*

Задача педагога-психолога по возможности подвести обучающихся к тому, что для эффективного общения важен зрительный контакт, равенство позиций участников, отсутствие между ними барьеров.

**Упражнение «Кто быстрее?»**

Время: 8 минут.

Обучающиеся стоят в кругу.

*Ребята, можно общаться вербально с помощью слов, а можно общаться с помощью жестов, мимики. Мы сейчас поиграем в игру «Кто быстрее?». Вам надо быстро, без слов, используя всех игроков команды построить следующие фигуры:*

* *квадрат;*
* *треугольник;*
* *шестиугольник.*

**Рефлексия**

Примерные вопросы обучающимся:

* *Трудно было выполнить задание?*
* *Что помогло при его выполнении?*
* *Кто из вас был организатором в построении фигур?*

**Ритуал прощания**

**Упражнение «Аплодисменты по кругу»**

Время: 5 минут.

Обучающиеся сидят или стоят в кругу.

*Ребята, наше занятие подходит к концу, давайте вспомним нашу игру «Аплодисменты по кругу» (обучающие хлопают в ладоши сначала тихо, а затем аплодисменты становятся все сильнее и сильнее).* Педагог-психолог в качестве подсказки может использовать собственную руку по принципу эквалайзера: если рука опущена, то участники хлопают тихо. По мере того, как педагог-психолог поднимает руку, громкость усиливается. Когда рука достигнет вертикального положения, упражнение завершается громкими аплодисментами.