**Повышение навыков коммуникации среди школьников младшего и среднего возраста.**

Каждый человек в мире занимает своё определённое место, выполняет свою социальную роль. Для эффективного исполнения своих задач и функций, познания себя и окружающего мира, понимания других людей, оценку их чувств и действий, а также полноценной самореализации люди используют общение.

Каждое умение формируется в деятельности и развивается в процессе его неоднократного применения. Формирование и развитие коммуникативных умений происходит в процессе общения. Вследствие этого, для дальнейшего пути к достижению цели нашего исследования, нам необходимо раскрыть понятие «коммуникативные умения», в частности, применительно к младшим школьникам.

Для начала выясним, что же такое «коммуникация»? Слово «коммуникация» происходит от лат. «communicatio», что переводится как «сообщение, передача», и «communicare» - «делать общим, беседовать, связывать, сообщать, передавать».

С.И. Ожегов в своём «Толковом словаре русского языка» толкует слово «коммуникация» как «сообщение, общение», как бы выделяя информационный смысл этого понятия с одной стороны и, с другой стороны, отождествляя его с общением.

То есть, умение разговаривать с людьми и грамотно вести коммуникацию – базовые умения, без которых не может жить человек. Понимать, что от вас хотят и почему, давать обратную связь, доносить свои мысли до собеседника, а также выходить из конфликтов.

Ни один человек не рождается с этими умения, а учится по мере взросления. Лучше всего формируются умения коммуникации в детском возрасте.

* **Коммуникативные навыки:**

В широком смысле слова «коммуникация» - умение добиваться своих целей в разных ситуациях.

Без общения невозможно знакомиться, строить дружбу, учиться, договариваться, просить прощения, признаваться в любви и делать много других важных вещей.

Проанализировав все вышеизложенные определения, мы пришли к выводу об идентичности понятий «коммуникация» и «общение».

Понятие «коммуникативность» в психолого-педагогических исследованиях Г.М. Андреевой, Н.В. Кузьмина, А. Джекобе рассматривается как способность человека к коммуникации. Коммуникативность включает в себя коммуникативные умения, овладение которыми необходимо для осуществления коммуникации. По мнению Г.М. Андреевой, коммуникативные умения - это комплекс осознанных коммуникативных действий, основанных на высокой теоретической и практической подготовленности личности, позволяющий творчески использовать знания для отражения и преобразования действительности. Епишин Л. В. определяет коммуникативные умения как осознанные коммуникативные действия учащихся (на основе знания структурных компонентов умений и коммуникативной деятельности) и их способность правильно строить свое поведение, управлять им в соответствии с задачами общения. Мудрик А.В. под коммуникативными умениями рассматривает умения, связанные с правильным выстраиванием своего поведения, пониманием психологии человека: умение выбрать нужную интонацию, жесты, умение разбираться в других людях, умение сопереживать собеседнику, поставить себя на его место, предугадать реакцию собеседника, выбирать по отношению к каждому из собеседников наиболее правильный способ обращения.

* **Таким образом можно выделить ключевые коммуникативные навыки:**
1. Умение слушать;
2. Умение давать обратную связь;
3. Умение вести конструктивную дискуссию;
4. Умение поддержать другого человека;
5. Умение разрешать конфликты.

Для успешной коммуникации нужны два основных навыка — говорение и слушание. Необходимо найти баланс между ними. Человек в среднем произносит 125–190 слов в минуту и воспринимает без значительных потерь понимания до 300.

Наш темп речи оказывает значительное влияние на то, будет ли наш собеседник внимательно нас слушать. Разберемся подробнее.

* **Как слушать?**

Любой человек может сказать, что все и так слышат друг друга и понимаем смысл сказанного. Но если мы понаблюдаете за разговорами других людей, то сможем увидеть, что не всегда человек готов воспринять точку зрения другого или подвергнуть сомнению свои идеи. Поэтому мы должны научить детей до конца выслушивать друг друга, быть вовлеченными в разговор, принимать точку зрения другого человека, если она достаточно аргументированная.

Итак, в чем же заключается этот навык?

1. сконцентрироваться и внимательно слушать собеседника;
2. в конце высказывания резюмировать сказанное. Например: «Правильно ли я понял, что вы имели в виду ...? », «По вашему мнению, ....?» — и дальше резюмировать.

Главная задача — научиться упаковывать смысл услышанного, выделять самую главную фразу, вычленять смысл из длинного сообщения. Поэтому, мы должны оставлять ребенку право высказать свое отношение к услышанному, но делать это нужно с уважением, при этом аргументируя свою позицию. Например: «Да, я тебя услышал, но я считаю, что...».

Затем ребенок должен научиться доносить свою идею так, чтобы собеседник его понял. Но нельзя нарушать границы, критиковать, то есть нужно с уважением относиться к сказанному другим человеком.

* **Как давать обратную связь?**

Умение давать обратную связь означает, что мы можем в приемлемой форме хвалить или критиковать человека.

Нужно научить детей придерживаться «правила бутерброда»: то есть, сначала нужно похвалить, выделить положительные моменты в действиях или словах собеседника, и лишь потом подсветить какие-то отрицательные моменты, то, что не нравится. В конце можно похвалить человека за приложенные усилия, потраченное время и внимание, сделав акцент на уважении к собеседнику.

Так же, необходимо научить детей воздерживаться от прямой критики человека, оценивать его действия. Когда мы даем обратную связь, мы оцениваем поступки, не переходя на личности.

* **Как вести дискуссию с другими людьми?**

Чтобы вести групповую дискуссию, нужно ввести правила, чтобы была решена задача и всем было комфортно. Можно разбиться на группы по три – четыре человека и выбрать тему для обсуждения. Лучше всего, чтобы проблемный вопрос был дискуссионный и противоречивый.

Попросите детей в каждой группе выработать общую позицию по нескольким вопросам.

Также нужно зафиксировать в каждой группе роль лидер (того, кто следит за выполнением правил и возвращает к обсуждаемому вопросу) и роль человека, который записывает выводы, резюмирует.

Полезно ввести правила дискуссии, которые необходимо соблюдать:

1. Не перебивать друг друга, говорить по очереди;
2. Критикуя идеи, не переходить на личности;
3. Критикуя чью-то идею, предлагать свой вариант;
4. Периодически резюмировать сказанное, фиксировать, какие вопросы уже обсудили и какие ответы нашли;
5. Фокусироваться на теме дискуссии, не уходить от нее;
6. Сначала генерировать как можно больше идей, а потом вычеркивать то, что кажется неправильным или лишним.
* **Как поддерживать других?**

Навыку поддержки лучше обучать, находясь в исследовательской позиции. То есть, нужно попросить детей вспомнить ситуацию, когда у них что-то не получалось, и их поддержал близкий надежный человек.

Попросите детей разбиться на пары и придумать не очень приятную ситуацию: например, ребенок долго упрашивал родителей купить дорогую шоколадку, но по итогу она оказалась горькой и невкусной. Второй ребенок в паре должен подобрать слова, чтобы утешить друга.

* **Как разрешать конфликты?**

Что дети должны знать про конфликты?

1. что они неизбежны, с ними сталкиваются все. Общение с другими людьми невозможно без возникновения сложных и противоречивых ситуаций, конфликтов интересов;
2. что из конфликта можно выйти по-разному, и не всегда победа — это самый удачный исход;
3. что нужно очень четко анализировать свои возможности и саму ситуацию, чтобы выбрать эффективную стратегию;
4. конфликт нужно анализировать начиная с мотивов, интересов и намерений каждой стороны. Только так, вернувшись к причинам конфликта, мы можем проанализировать ситуацию и найти самый эффективный путь к ее разрешению.
* **Какие бывают стратегии разрешения конфликта?**

Если рассматривать конфликтную ситуацию с точки зрения интересов сторон, то можно выделить 4 основных стратегии разрешения конфликта:

1. Сотрудничество: интересы обеих сторон полностью учтены;
2. Компромисс: обе стороны пошли на те или иные уступки, их интересы учтены не полностью;
3. Уклонение от конфликта;
4. Противоборство: одна сторона побеждает, другая уступает.

Чаще всего разбирать конфликт на реальных ситуациях небезопасно и сложно. Но достаточно эффективно, ведь это примеры из реальной жизни. Поэтому лучше взять конфликт из литературы и на примере персонажей, на столкновении их интересов, разобратья, как могут быть реализованы разные стратегии разрешения конфликта.

Таким образом, младший школьный возраст – оптимальный период активного обучения социальному поведению, искусству общения между детьми разного пола, усвоение коммуникативных и речевых навыков, способов различения социальных ситуаций. В этот период на качественно новом уровне реализуется потенциал развития ребенка как активного субъекта, познающего мир и самого себя, приобретающего собственный опыт действий в этом мире. Его собственное поведение характеризуется наличием сформированной сферы познавательных мотивов и интересов, внутреннего плана действий, умением согласовывать свои действия со сверстниками, регулируя свои действия с общественными нормами поведения, умением адекватно оценивать результаты собственной деятельности и своих возможностей.