**Мини игры-тренинги**

**«Коммуникация в действии»**

 Составитель:

 Родина К.И.

воспитатель 1 категории

г.Н.Тагил

2024 г.

Мини игры-тренинги «Коммуникация в действии» предназначены для 5-8 классов.

**Необходимые принадлежности:** листы бумаги А4, фломастеры, стимульные материалы.

**Цель:**

**-**развитие коммуникативных навыков;

- умение устанавливать контакт.

**Задачи игры-тренинга:**

- расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения;

-.отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношения между людьми;

- овладение навыками эффективного слушания;

- активизация процесса самопознания и самоактуализации;

- расширение диапазона творческих способностей.

**Программа тренинга:**

1. Приветствие

2. Знакомство

3. Беседа

4.Упражнение «Через стекло»

5.Упражнение «АССОЦИАЦИИ»

6.Упражнение «Передать одним словом»

7.Упражнение «Двое с одним мелком»

8.Упражнение «Леопольд»

9.Упражнение «Невербальный испорченный телефон»

10. Подведение итогов

**1.Приветствие.**

Здравствуйте ребята! Я рада вас видеть! Как ваше настроение? Сегодняшний наш тренинг называется "Формирование коммуникативных умений и навыков".

 **2.Знакомство.**

Цель: создание положительного эмоционального фона,  самооценка коммуникативных навыков и умений.

Ход занятия: ведущий предлагает правила поведения на занятиях, особо подчеркивая, что эти правила в равной степени относятся и к нему, и к участникам.

Правила:

1. Доверительный стиль общения, обращаться к друг другу на «ТЫ».

2. Не существует правильных и неправильных ответов.

3. Искренность в общении.

4. Нельзя давать оценку выступлению другого участника.

5. Нельзя вне занятий обсуждать то, что мы узнали друг о друге.

6. Уважение к говорящему участнику.

7. Активное участие в происходящем.

8. В конце занятий, каждый участник имеет возможность высказаться.

**3.Беседа.**

Вопросы:

1. Что такое коммуникация?

2. Для чего нужна коммуникация?

3. Что такое общение?

4.Виды общения? (Вербальное, невербальное...)

5. Приведите примеры.

Массовая коммуникация систематическое распространение сообщений (через печать, радио, телевидение, кино, звукозапись, видеозапись) среди численно больших, рассредоточенных аудиторий с целью утверждения духовных ценностей данного общества и оказания идеологического, политического, экономического или организационного воздействия на оценки, мнения и поведение людей.

**4.Упражнение «Через стекло»**

Это упражнение направлено на развитие невербального интеллекта, на понимание партнера по жестам, на установление доверительных отношений. Участникам предлагается "сказать"что-либо друг другу жестами, представив, что они отделены друг от друга стеклом, через которое не проникают звуки. Можно придумывать любые фразы, например: " Ты забыл надеть шапку, а на улице очень холодно", или "Принеси мне стакан воды, я хочу пить". Нужно как можно точнее сформулировать фразу, которую передает партнер.

Рефлексия задания: просто или сложно было понять фразу, передать фразу.

**5.Упражнение «АССОЦИАЦИИ»**

Участники тренинга делятся на два круга: внутренний и внешний (должны образоваться пары). Каждому участнику на спину прикрепляются альбомные листы и выдаются фломастеры. Ведущий задает вопросы, а участники тренинга пишут друг другу ответы на листах бумаги: слова–ассоциации.
Вопросы:
1. На какой цветок похож этот человек?
2. На какую птицу?
3. На какое животное?
4. На какой предмет мебели?
5. На какое дерево?
6. На какую еду, или блюдо?
7. На какой напиток?
8. На какой фрукт?

**6. Упражнение «Передать одним словом»**

Цель: подчеркнуть важность интонаций в процессе общения.

Время проведения: 15 мин.

Материалы: карточки с названиями эмоций.

Ход упражнения: Участникам раздаются карточки, на которых написаны названия эмоций, и они, не показывая их другим участникам, должны сказать слово «Здравствуйте» с интонацией, соответствующей эмоции, написанной на карточке. Остальные отгадывают, какую эмоцию пытался изобразить участник.

Список эмоций: Радость, удивление, сожаление, разочарование, подозрительность, грусть, веселье, равнодушие, спокойствие, заинтересованность, уверенность, желание помочь, усталость, волнение, энтузиазм.

Вопросы для обсуждения: Легко ли вам было выполнять данное упражнение?

Насколько легко удавалось угадать эмоцию по интонациям?

В реальной жизни, насколько часто в телефонном разговоре вы по интонации с первых слов понимаете, в каком настроении находится ваш собеседник?

Какие эмоции вы испытываете в жизни чаще?

**7. Упражнение «Двое с одним мелком»**

Цель: развитие сотрудничества, налаживание психологического климата в группе.

Оборудование: лист А4, карандаши.

Ход игры: Разбейтесь на пары и сядьте за стол рядом с партнёром. Теперь вы одна команда, которая должна нарисовать картину. Вам даётся один только карандаш. Вы должны по очереди рисовать одну картину, передавая, друг другу карандаш. В этой игре есть такое правило – нельзя разговаривать во время рисования. На рисунок вам отводится 5 минут.

Что ты нарисовал, работая в паре?

Сложно ли вам было рисовать молча?

Пришел ли ты к единому мнению со своим партнером?

Трудно ли тебе было оттого, что изображение постоянно менялось?

**8. Упражнение "Леопольд"**

Цель: развить умение находить подход к людям.

Материалы: карточки с кличками котов.

Ход упражнения:

Из группы выбирается одна «мышь», все остальные становятся «котами». Каждый «кот» получает бумажку со своим именем, одного из них зовут Леопольдом, а всех остальных – прочими кошачьими именами, например, Василием, Муркой и т.д. При этом Леопольдом может стать участник любого пола, и тренер подчеркивает это группе. Тренер напоминает группе сюжет мультфильма про Леопольда. В этом мультфильме дружелюбный и безобидный кот Леопольд пытается подружиться с мышами, которые постоянно устраивают ему постоянные пакости. В данном упражнении котам тоже нужно будет убедить мышь, что они безобидны и с ними можно иметь дело. Фокус состоит в том, что из всех котов только одного зовут Леопольд и именно он хочет подружиться с мышей. Все остальные коты – опасные хищники, которые только притворяются дружелюбными. Задача каждого кота – убедить мышь, что именно он – безобидный Леопольд. Задача мыши – определить настоящего Леопольда. Котам дается 5 минут на подготовку, после чего они выступают, объясняя «мыши», почему они безобидны. «Мышь» оценивает выступления и говорит, кому из котов она поверил.

Вопросы для обсуждения: Почему мы доверяем одному человеку, но не доверяем другому?

Легко ли вам было находится в роли кота или мыши?

Доверяете ли вы людям в жизни?

Доверяют ли вам люди?

Считаете ли вы, что общение играет важную роль во взаимоотношениях между людьми?

**9. Упражнение «Невербальный испорченный телефон»**

Цель: раскрепощение участников.

Участники становятся в круг с закрытыми глазами. Ведущий дотрагивается до стоящего перед ним человека, например до правого плеча. И так это все передаются по кругу.

На самом деле действия искажаются и меняются и действие к ведущему может вернуться совсем в другой форме вплоть до массажа.

**10. Подведение итогов**

(Рефлексия тренинга)

Участники отвечают на вопросы:

1.Что сегодня нового вы узнали?

2.Почему мы доверяем одному человеку, но не доверяем другим?

3. Что можно сделать, что бы нам больше доверяли?