**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад «Сказка» города Билибино Чукотского автономного округа»**

**Тренинг «Развитие коммуникативных навыков**

**у педагогов»**

**(для педагогов ДОУ)**

**Подготовила педагог – психолог Федченко И.Н.**

**Тренинг «Развитие коммуникативных навыков у педагогов»**

**Актуальность тренинга:**

Общение всегда было значимым в жизни человека и его личностном развитии.

Проблема общения традиционно находится в центре внимания российских психологов в связи с ее значимостью во всех сферах жизнедеятельности человека и социальных групп. Человек без общения не может жить среди людей, развиваться и творить.

**Цель тренинга**: Развитие коммуникативных навыков у педагогов.

**Задачи:**

* развить умение находить подход к людям;
* подчеркнуть важность интонаций в процессе коммуникации;
* развитие умения невербального средства общения;
* отработать навыки убеждения;
* отработать умение найти аргументы в пользу своей позиции.

**Продолжительность:** 60 минут.

**Количество участников:** не ограничено.

**Оборудование:** Бумага, карандаши, атрибуты к экспромт – театру.

**Ход тренинга:**

- Здравствуйте, коллеги! Сегодня я проведу для Вас тренинг, который будет посвящен общению.

- Общение пронизывает всю нашу жизнь, это такая же человеческая потребность, как вода и пища. В условиях полного одиночества у человека на шестой день начинаются слуховые и зрительные галлюцинации. Он общается с этими несуществующими образами.

Общение – это обмен сведеньями с помощью языка или жестов. Общение это коммуникационное взаимодействие людей или социальных групп. В процессе общения между участниками коммуникации происходит обмен разного рода информацией.

Главную роль в общении играет речь. В процессе «говорения» важно буквально все: как обращаются к собеседнику, что говорится вначале, а что потом, соответствуют ли слова тону высказываний и т. д. Еще древние философы отмечали, что ведение беседы – настоящее искусство. Удивительно, что люди, зная о своем неумении публично выступать и всячески стремясь научиться этому, практически не задумываются, удается ли им успешно общаться с окружающими людьми – друзьями, коллегами, родственниками и т. д. Между тем часто в жизни бывает, что мы хотим сказать одно, а, сами того не осознавая, говорим другое или вообще не находим слов для выражения какой-то важной мысли или чувства.

Важнейшая невербальная составляющая процесса общения – умение слушать. Когда человек внимательно слушает другого человека, в нем буквально все – глаза, поза, выражение лица обращены к говорящему, что, в свою очередь, оказывает влияние на собеседника, помогает ему сформулировать свои мысли, раскрыться, быть максимально искренним. Рассеянность, безучастность, равнодушие могут привести к обратному результату.

**1. Упражнение «Это мое имя»**

По кругу каждый по очереди называет свое имя. Затем он сообщает о своем имени что-нибудь.

Например, он может попытаться ответить на такие вопросы:

- Знаю ли я, кто его для меня выбрал? Знаю ли я, что означает мое имя? Кто еще в семье носил это имя?

(ответы педагогов).

***Рефлексия***Легко ли вам было рассказывать о своем имени? Ели нет, почему?

- Нас окружает много интересного, причем весь мир вокруг нас движется и торопится. Движется вся жизнь: отдых, работа, родные, друзья, то есть все наше окружение не стоит на месте. Но не забывайте, что все движется вокруг вас, вы вполне можете руководить всеми событиями, происходящими вокруг вас. Самое основное – это правильное общение и легкое общение с окружающими людьми и всем миром, искусство общения очень важно. Причем научиться правильному, непринужденному и легкому общению, чтобы все вас поняли и запомнили надолго, неважно, кто это будет, друзья или враги, нужно найти подход ко всем, нужно со всеми легко общаться.

Известный психолог Дейл Карнеги советует избегать споров, как гремучих змей. Он считает, что 90% из участников спора убеждается в своей правоте еще тверже, чем прежде. Спор практически нельзя выиграть. Так как если вы из спора выходите победителем, то теряете друга, партнера по сделке. Это естественно, поскольку человек чувствует себя неуютно, проиграв в споре.

Вместо спора собеседника можно убедить, найти аргументы в пользу своей позиции.

Сейчас мы потренируемся убеждению.

**2. Упражнение «Семь богатырей»**

- Одна участница будет играть роль царевны. Кто хочет? Остальные поделитесь на команды по 3-4 участника.

- Давайте, для того чтобы потренировать умение убеждать, вспомним и разыграем сказку о мертвой царевне и семи богатырях. В частности, тот эпизод, где семь богатырей, у которых жила царевна, уговаривают ее выйти за одного из них замуж и остаться с ними навсегда. В нашей сказке будет то же самое, но богатыри, прошедшие ряд тренингов и владеющие даром убеждения, смогут лучше, чем сказочные, убедить царевну отказаться от королевича Елисея и остаться в их доме. Каждая мини-группа должна будет подготовить самые заманчивые предложения для того, чтобы уговорить царевну остаться у них, показать ей все преимущества такого конца сказки.

- Вам дается 5 минут на подготовку, после чего один посланник от каждой группы выступает, обращаясь к царевне со своими аргументами.

***Рефлексия***

После выступлений царевна говорит о том, захотелось ли ей остаться у богатырей, какие плюсы и минусы увидела она в выступлениях каждого.

Какие эмоции вы испытывали, выполняя это упражнение?

**3. Упражнение «Завтрак с героем»**

Необходимый материал. Бумага, карандаши.

- Представьте себе следующую ситуацию: у каждого из присутствующих есть возможность позавтракать с любым человеком. Это может быть знаменитость настоящего, или историческая фигура прошлого, или обыкновенный человек, который произвел на вас впечатление в какой-то момент его жизни. Каждый должен решить для себя, с кем он хотел бы встретиться, и почему.

- Запишите имя своего героя на листе бумаги. Теперь поделитесь на пары, в паре надо решить с кем из двоих героев вы будите встречаться. На дискуссию у вас 2 минуты.

- Теперь пары объединяются в четверки, которым, в свою очередь, необходимо выбрать только одного героя. На дискуссию у вас так же 2 минуты.

- Теперь четвертки объединяются между собой и в течение 2 минут выбирают одного героя.

- А теперь все объединяются, и решаете с кем вы будите завтракать.

***Рефлексия:***

- Почему остался именно этот герой? Легко было уступать и почему вы уступали?

- В беседе играет роль настроение. Какие способы поднятия настроение есть, сейчас мы узнаем.

**4. Упражнение «А я счастлив»**

- Мы сидим с вами в кругу. Начиная с меня, каждый участник по кругу продолжает фразу: «А я счастлив потому, что…» (ответы: потому что здоров, потому что у меня есть семья, потому что у меня есть поддержка, потому что сегодня солнечный день, потому что у меня есть возможность путешествовать и т. д.)

***Рефлексия:*** Наши ответы - это и есть наш ресурс на сегодняшний день. Так давайте же его грамотно использовать!

**5. Игра - «Театр-экспромт»**

**Цели:**

психологическое раскрепощение участников; формирование у них чувства уверенности; создание условий для переживания чувства удовольствия в ситуации взаимодействия.

**Оснащение:**

карточки с обозначением ролей: Ветер, Дерево, Дерево, Дерево, Цыган-вор, Конь, Воробей, Пёс, Хозяйка, Хозяин; текст для «Голоса за кадром»:

«...Ночь. Завывает Ветер. Раскачиваются Деревья. Между ними пробирается Цыган-вор, он ищет конюшню, где спит Конь... Вот и конюшня. Спит Конь, ему что-то снится, он слегка перебирает копытами и тоненько ржёт. Недалеко от него пристроился на жёрдочке Воробей, он дремлет, иногда открывает то один, то другой глаз. На улице, на привязи спит Пёс... Деревья шумят, из-за шума не слышно, как Цыган-вор пробирается в конюшню. Вот он хватает Коня за уздечку... Воробей зачирикал тревожно... Пёс отчаянно залаял... Цыган уводит Коня. Пёс заливается лаем. Выбежала из дома Хозяйка, заохала, закричала. Она зовёт мужа. Выскочил с ружьём в руках Хозяин... Цыган убегает. Хозяин ведёт Коня в стойло. Пёс прыгает от радости. Воробей летает вокруг. Деревья шумят, и Ветер продолжает завывать... Хозяин гладит Коня, бросает ему сена. Хозяин зовёт Хозяйку в дом. Всё успокаивается. Спит Пёс. Дремлет Воробей на своём прежнем месте. Стоя засыпает Конь, он изредка вздрагивает и тихо ржет…Занавес!».

**Ход игры:**

Карточки распределяются среди членов группы (это актёры). Все, кто не получил карточки будут активными зрителями.

Тренер («Голос за кадром») с выражением читает текст. По ходу звучания текста актёры выходят на воображаемую сцену и исполняют всё, о чём сообщает «Голос за кадром».

**Текст**. «...Ночь. Завывает Ветер. Раскачиваются Деревья. Между ними пробирается Цыган-вор, он ищет конюшню, где спит Конь... Вот и конюшня. Спит Конь, ему что-то снится, он слегка перебирает копытами и тоненько ржёт. Недалеко от него пристроился на жёрдочке Воробей, он дремлет, иногда открывает то один, то другой глаз. На улице, на привязи спит Пёс... Деревья шумят, из-за шума не слышно, как Цыган-вор пробирается в конюшню. Вот он хватает Коня за уздечку... Воробей зачирикал тревожно... Пёс отчаянно залаял... Цыган уводит Коня. Пёс заливается лаем. Выбежала из дома Хозяйка, заохала, закричала. Она зовёт мужа. Выскочил с ружьём в руках Хозяин... Цыган убегает. Хозяин ведёт Коня в стойло. Пёс прыгает от радости. Воробей летает вокруг. Деревья шумят, и Ветер продолжает завывать... Хозяин гладит Коня, бросает ему сена. Хозяин зовёт Хозяйку в дом. Всё успокаивается. Спит Пёс. Дремлет Воробей на своём прежнем месте. Стоя засыпает Конь, он изредка вздрагивает и тихо ржет…Занавес!».

*Обсуждение игры* «Театр - экспромт»:

Вопросы для обсуждения:

- Как вы себя чувствовали, выполняя упражнение?

- Легко ли было играть?

- Кто был особенно интересен и точен в передаче образа?

- Если были трудности, как вы с ними справились?

Информация для тренера: обсуждая вопросы, можно, используя «Похвалу детали», поддержать особенно неуверенного участника.

**6. Релаксация  «На берегу моря»**

Участники группы сидят в кругу. Звучит спокойная мелодия.

Инструкция: «Сейчас мы совершим небольшую прогулку по берегу моря. Сядьте, пожалуйста, поудобнее и медленно закройте глаза. Обратите внимание на ваше дыхание, ощутите его: воздух проходит через нос, горло, попадает в грудь, наполняет ваши легкие. Ощутите, как с каждым вдохом в ваше тело попадает энергия и с каждым выдохом уходят ненужные заботы, переживания, напряжение... Обратите внимание на ваше тело, почувствуйте его – от ступней до макушки. Вы сидите на стуле (в кресле), слышите какие-то звуки, ощущаете дуновение ветерка на вашем лице. Может быть, вам захочется изменить позу сделайте это. А теперь представьте, что вы оказались у моря. Вы медленно идете по берегу. Осмотритесь внимательно вокруг: какие вас окружают цвета, звуки, запахи... Посмотрите на небо, на море. Обратите внимание на ваше состояние: какие эмоции, чувства у вас возникают, как они изменяются во время прогулки. Вы никуда не спешите и можете спокойно идти дальше. Возможно, вы захотите зайти в воду и искупаться или посидеть на берегу. Сделайте это...»

А теперь настала пора вернуться в эту комнату, в наш круг. Сделайте это в удобном для вас темпе: можете сразу открыть глаза или посидеть еще с закрытыми.

Наш тренинг подходит к концу.

**Упражнение «Рукопожатие»**

«Мы все сегодня плодотворно поработали, и все заслужили благодарность. Пока я считаю до пяти, вы должны успеть поблагодарить друг друга рукопожатием».

**Рефлексия в конце тренинга:**

«Итак, подведём итоги...», «Давайте, ещё раз определим, что мы обсуждали...», «Что вы уносите с собой?».

Я с вами прощаюсь, до свидания.