**Конспект занятия**

**по формированию коммуникативной компетенции подростков**

**по коррекционной программе «Тренинг развития навыков общения»**

**Форма работы:** групповой тренинг.

**Состав участников:** учащиеся 7 «б» класса МБОУ СОШ №63.

**Возраст: 13-14 лет.**

**Тема:** «Мир начинается с меня».

**Цель:** знакомство участников тренинга с самими собой (личностными особенностями) и друг с другом.

Задачи:

• познакомить участников тренинга с их индивидуальными особенностями;

• способствовать проявлению творческих способностей участников;

• апробировать различные формы приветствия и определить наиболее эффективные для каждого;

• повысить настроение и жизненную активность участников.

Оборудование: ручки или карандаши, листы бумаги.

**Ход занятия**

***1. Упражнение «Ритуал приветствия»***

Психолог: Мне всегда интересно смотреть, как люди приветствуют друг друга. Сейчас мне нужны два добровольца, которые покажут, как выглядит типичное русское рукопожатие... Кто видел другие формы приветствия? Может быть, мы можем продемонстрировать их друг другу?

Сейчас вы должны придумать новый забавный способ того, как мы могли бы приветствовать друг друга в этой группе. Тогда на следующей неделе мы будем здороваться именно таким способом.

Сначала каждый выбирает себе партнера. Это первый шаг к успеху. Теперь у вас есть три минуты, чтобы изобрести новую и необычную форму приветствия для всех нас. Она должна быть достаточно простой, чтобы мы могли ее запомнить и использовать в повседневном общении, но она должна и приносить удовольствие.

Конечно, вы можете использовать детали других приветствий, которые вы знаете; вы можете их изменять или добавлять что-нибудь совсем новое. Я напишу ваши имена на листочках, и мы будем тянуть жребий. Тот вариант, который вытянем, мы будем использовать для приветствия на следующей неделе. Вы готовы? Тогда вы можете приступать к творчеству. У вас три минуты.

(Пусть все пары покажут свои изобретения. Вытяните жребий и объявите имена победителей.)

Если я крикну: «Новое приветствие!», то у вас будет ровно тридцать секунд, чтобы поприветствовать максимальное число членов группы выбранным нами способом. Поэтому попробуйте сейчас пару раз поздороваться именно таким образом. Походите по комнате, поупражняйтесь и хорошенько запомните его, чтобы начать приветствовать друг друга сразу, как только я скажу.

***2. Упражнение «Имя и эпитет (Снежный ком)».***

1. Группа рассаживается по кругу.

2. Один из участников представляется остальным и подбирает по отношению к себе какой-нибудь эпитет. Это прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя, позитивным образом характеризовать человека и по возможности содержать преувеличение, например: «Магнетическая Магда, гениальный Геннадий, буйный Борис» и т. д.

3. Второй выступающий сначала повторяет имя и эпитет предыдущего участника, затем добавляет собственную комбинацию. Третий повторяет оба варианта и потом представляется сам. Так происходит и дальше по кругу. Последнему участнику наиболее тяжело, однако он имеет больше шансов запомнить имена всех участников.

4. В конце игры члены группы обмениваются впечатлениями, ответив на вопросы:

• Какие эпитеты меня впечатлили?

• Какие имена мне было трудно запомнить?

• К кому я теперь испытываю интерес?

***3. Упражнение «Мастер»***

Психолог: А сейчас все расходятся по залу. Каждый с закрытыми глазами отправляется на поиски Мастера, однако сначала никто не знает, кто является Мастером. Одному из участников я положу руку на плечо, не говоря

при этом ни слова. Он становится Мастером. У него есть некоторые привилегии: во время игры он может молчать и открывать глаза. Когда два игрока встречаются, они спрашивают друг друга: «Мастер?» Они знают, однако, что Мастер молчит. Игрок, который обнаружил Мастера, может открыть глаза, положить ему руку на плечо и идти за ним. Следующий, нашедший мастера присоединяется к ним и так далее. Через некоторое время за Мастером идет толпа учеников. Каждый ученик кладет руку на плечо стоящего перед ним. Игра заканчивается, когда все окажутся в одной цепочке.

***4. Упражнение «Кто я такой?»***

Психолог: У каждого человека есть своя собственная теория, касающаяся того, что именно делает его уникаль¬ным, единственным в своем роде индивидом, отличает его от остальных людей. При этом невольно возникает вопрос: разделяют ли окружающие его мнение о самом себе, видят ли его другие таким, каким он сам себя считает?

 Участники подписывают лист бумаги и делят его на три равные полосы. В первом столбце нужно ответить каждому на во¬прос: «Кто я такой?», подобрав десять слов-эпитетов. Во - ответить на тот же вопрос, но так, как отозвались бы об участнике тренинга его отец, мать или старшие родственники. Третий столбец заполняет кто-то из участников тренинга.

 Подведение итогов. Каждый участник сравнивает три на¬бора ответов. Анализирует их сходство и различие. Выделяет доминирующую линию своего поведения,

***5. Упражнение «Доверие».***

Психолог: Достаточно интересно поставить перед собой вопрос: доверяю ли я другому человеку, доверяю ли я самому себе и почему?

 Участникам тренинга предлагается по¬ходить с закрытыми глазами по аудитории в течение нескольких минут. Затем открыть гла¬за и произвольно разбиться на пары. После этого один из участников опять закрывает глаза, а другой начинает водить его по помещению, дает возможность коснуться различных предметов, помогает избежать столкновений с другими па¬рами, дает соответствующие пояснения относительно их передвижения и т. д. При этом тот участник, который ведет, находится за спиной ведомого, на некотором расстоянии от него. Затем участники меняются ролями.

Подведение итогов: Кто чувство¬вал себя надежно, уверенно, у кого было желание полностью довериться партнеру? Что вселило в вас такую уверенность? Что послужило возникновению чувства неуверенности у не-которых участников и почему? Трудно ли было управлять поведением человека и почему? Может ли данное упражне¬ние повлиять на формирование чувства доверия к другому человеку?

***6. Упражнение «Пластилин».***

Психолог: Участники тренинга становятся в круг, как можно плотнее друг к другу. Затем один из участников тренинга выходит в центр круга и старается полностью рас¬слабиться. Остальные, вытянув руки перед собой, прикаса¬ются ими к тому, кто в центре круга, и начинают покачивать его из стороны в сторону, поддерживая и не давая упасть. Через данную «процедуру» должны пройти по очереди все участники тренинга.

Подведение итогов. Кто действительно мог расслабиться, снять зажимы, не боялся упасть, кто доверился участникам игры? Почему не все смогли полностью расслабиться и довериться группе? В чем причина такого недоверия?

***7. Упражнение «Два рисунка».***

Психолог: На листе вам бумаги предстоит нарисовать два рисунка. На первом изобразить себя под названием «Я такой, как есть». На втором рисунке «Я такой, каким бы хотел быть».

 После выполнения задания все рисунки складываются на стул в центре, перемешиваются и, произвольно выбирается один. Затем каждый участник, по очереди, рассказывает о том, что он видит на рисунке. Но не формально описывает увиденное, а передает свои ощущения, свое отношение к тому, что нарисовано. Когда все высказались, делается по¬пытка выяснить, кто же является его автором. Если автор не угадан, он объявляет себя и рассказывает о том, что же хотел выразить в рисунке, отмечая при этом наиболее понравив-шиеся ему реплики.

Подведение итогов. При помощи подобных рисунков мож¬но очень много сказать о человеке, если знать основные ми¬мические выражения лица, индикационные характеристики.

***8. Завершение.***