Добрый день, друзья! Сегодня я проведу для вас занятие с элементами тренинга, посвященное теме «ОБЩЕНИЕ». Называется занятие «ЧУДЕСНЫЙ КОВЕР».

**Цель нашего занятия:**

**развитие коммуникативных навыков, сплоченности внутри команды, умения согласовывать свои действия с другими и совместно решать поставленные задачи.**

**Задачи:**

**1.Создание комфортной психологической среды для развития личности**

**в общении.**

**2.Установление и поддержка контакта, снятие скованности и замкнутости.**

**3.Получение более полной информации друг о друге за время занятия.**

**Оборудование:** бейджи, стулья**,** музыкальное сопровождение, мультимедийный проектор, клубок ниток

**Участники**: педагоги или подростки

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

**Эпиграфом к нашему занятию мне хочется взять слова А.С.Экзюпери:**

**Эпиграф**

**Единственная известная мне роскошь- это**

**роскошь человеческого общения.**

**А.С. Экзюпери.**

**1.Вступительное слово психолога о целях и форме проведения занятия**.

«Человек может обойтись без многого – но не без человека!» Жизнь на каждом шагу подтверждает эти слова. Вот и знаменитый французский врач Ален Бомбар доказал, что одинокий человек в океане мог бы продержаться после кораблекрушения не меньше месяца, но обычно умирает на третьи сутки. И это смерть не столько от истощения, сколько от ужаса оторванности от всех и вся.

**- Что же такое общение? На первый взгляд смешной вопрос, но только на первый.** Общение - это и вчерашний разговор по телефону, и беседа на уроке с учителем или одноклассником, и ссора с родителями из-за позднего возвращения домой. **Каждый из нас живет и работает среди людей. Мы ходим в гости, встречаемся с друзьями, выполняем с ними какое-то общее дело, занимаемся спортом и т.д.** В любой ситуации мы, независимо от нашего желания, общаемся с людьми: родителями, сверстниками, учителями, знакомыми и незнакомыми.

Если понаблюдать за собой, то вполне можно обнаружить, что мы:

* взаимодействуя с другими людьми, воспринимаем и оцениваем их;
* часто с интересом воспринимаем различные слухи;
* обмениваемся переживаниями со своими знакомыми или случайными людьми;
* испытываем на себе влияние других людей, изменяя свое поведение, подражая им;
* принимая решения, в большинстве случаев учитываем мнение окружающих;
* находимся под воздействием средств массовой информации;
* с одними людьми легко и продуктивно работаем, с другими у нас возникают разногласия;
* замечаем, что нам бывает скучно работать в одиночку, а в хорошей компании быстро и весело выполняем самое трудное дело.

**Можно сказать, что человек существует и развивается в обществе, в окружающей его группе людей**, в соответствии с ее требованиями изменяет свои мысли и поведение, переживает какие-либо чувства под влиянием взаимодействия с другими участниками группы. Однако все это происходит благодаря тому, что, обмениваясь информацией и переживаниями с другими людьми, лучше узнавая их, каждый из нас так или иначе участвует в общении.

**Если бы не было общения, мы не стали бы теми, кто мы есть**. Без общения мы не смогли бы услышать бабушкины сказки, сходить с друзьями в поход, понять объяснение учителя и многое другое. Только в общении с другими людьми происходит развитие личности. **Перефразируя известное выражение, можно утверждать: «Скажи, с кем ты общаешься, и я скажу, кто ты».** Основные свои черты каждый из нас приобретает через личный опыт общения, через непосредственные контакты в семье, школе, на улице.

**Первый этап.**  **Разминка**

**Вначале, давайте познакомимся с вами!**

Упражнение первое: **«Давайте познакомимся»**

Психолог предлагает каждому из участников назвать своё имя, употребив при этом прилагательное на ту букву, с которой начинается его имя.

Итак, начнем: я…..

**2. Основная часть.** (Психологический настрой)

**Итак, общение пронизывает всю нашу жизнь, это такая же человеческая потребность, как вода или пища. Общение между людьми происходит для того, чтобы они строили отношения друг с другом, понимали один другого, обменивались информацией, могли совместно трудиться, учиться, советовать, выражать эмоции ,передавать накопленный опыт…**

***3. Основная часть. Выполнение упражнения*** ***«Чудесный ковер»***

(Работа в группе)

Для этой игры требуются моток ярких нитей. Лучше, если нитки будут золотого цвета. Золотой цвет ассоциируется с теплом, солнцем, энергией, – все это позитивно влияет на формирование энергии единства в команде.

Необходимо включить спокойную музыку и попросите членов команды встать в круг. Возьмите моток ниток и займите свое место в кругу. Попросите членов команды сделать медленные вдох и выдох. Далее, расскажите такую историю.

*«Дорогие друзья! Припомните, пожалуйста, все наикрасивейшие, наипрекраснейшие, сотканные вручную ковры... От них веет особым теплом и очарованием. В чем секрет ковров ручной работы? В древности искусство тканья ковров считалось чуть ли не магией. Мастерица как будто держала в руках нить судьбы, соединяла ее с другими судьбами в причудливые орнаменты. Действительно, когда судьбы переплетаются красиво, получается чудесный рисунок. Когда мы строим друг с другом ДОБРЫЕ взаимоотношения, наш общий рисунок получается гармоничным... В древности к процессу тканья ковра не допускали мастериц злых, сварливых, суетливых. Считалось, что только с добрыми намерениями и сердцем можно создать настоящий ковер...*

**Вы видите у меня в руках моток ниток. Если нить намотать на палец, наши пальцы смогут удерживать нити в натяжении, как катушки. Таким образом, мы можем соткать общий ковер. Намотав нить на палец, мы будем передавать моток другому.**

**Но чтобы ковер действительно получился чудесным, есть один секрет: передавая моток другому, нужно сказать ему доброе слово. Это может быть комплимент, доброе пожелание, выражение добрых чувств. Передавать моток можно как угодно – и тем, кто стоит напротив, и тем, кто рядом, и тем, кто стоит через несколько человек. Можно говорить добрые слова всем ткачам, тогда моток будет пущен по кругу; каждый намотает нить себе на палец, и моток вернется обратно. Постепенно все наши пальцы окажутся занятыми, а ковер сотканным».**

**– Позвольте, я начну**, – продолжает психолог , наматывая на палец конец нити. **– Я восхищаюсь вашей открытостью и готовностью сотрудничать друг с другом. Я прошу пустить моток по кругу, чтобы каждый намотал нить себе на палец.**

Когда моток вновь вернется к психологу, можно продолжать.

**– Нить вновь вернулась ко мне, а у нашего ковра появилась форма, –** говорит психолог, наматывая нить на другой палец**. – Я хочу передать моток вам, ……***.****Ваша улыбка озарила солнечным светом сегодняшнее хмурое утро.***

Психолог передаете моток адресату комплимента. Если он находится далеко, другие члены команды помогают. Далее, член команды, которому психолог передал моток и доброе слово, наматывает нить себе на палец и передает моток другому, говоря тому добрые слова. Постепенно между всеми членами команды образуются нити. Игра может продолжаться довольно долго: либо пока нитки не закончатся, либо пока все не устанут.

Здесь важно поймать настроение команды, ибо «все хорошо в меру».

**– Посмотрите,** *– говорит психолог, когда ковер станет достаточно прочным, –* **какой красивый ковер у нас получился! Похоже, что и почти все наши пальцы задействованы в поддержании его формы? Попробуйте, пошевелите пальцами! Чувствуете, какой резонанс это вызывает?**

– **Мы уже с вами говорили о том, что между нами протянуты невидимые нити, теперь мы видим, что они образуют интересные рисунки. Видите, достаточно нам пошевелить пальцами, как мы можем быть услышанными.**

**Мудрецы называют это ЧУТКОСТЬЮ. Давайте сохраним это ощущение.**

– **Итак, наш ковер соткан. Теперь мы аккуратно опустим его вниз, на пол и снимем с пальцев.**

**– Теперь, когда ковер лежит на полу, если хотите, можно снять обувь и по очереди пройти по нему.**

**– Чудесный ковер, сотканный нами сегодня, символизирует добрые отношения между нами. Давайте скатаем его в клубок. Пусть этот ковер, свернутый в клубок, станет нашим талисманом.**

**3. Ритуал прощания:**

Упражнение « **Аплодисменты по кругу»**

Психолог говорит участникам: *«Мы хорошо поработали сегодня и мне хочется, чтобы вы поблагодарили друг друга аплодисментами*. Психолог подходит к одному из участников группы и хлопает ему в ладоши, затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

**4. Обратная связь**. (обмен мнениями)

- Что было особенно интересным и полезным?

-Что вы узнали друг о друге?

- Что вы уносите с собой?

**5.Заключение.**

ПРИТЧА.

Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот решил он придумать такой вопрос, чтобы мудрец не смог на него ответить. И он пошел на луг, поймал бабочку, посадил ее между сомкнутых ладоней и подумал:

«Спрошу-ка я у мудреца: скажи, о мудрейший, какая бабочка у меня в руках – живая или мертвая? Если он скажет – живая, я сомкну ладони, и бабочка умрет, а если он скажет – мертвая, я раскрою ладони, и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее». Так все и случилось. Завистник поймал бабочку, посадил ее между ладонями и отправился к мудрецу. И спросил у того: « Какая бабочка у меня в руках, о мудрейший, живая или мертвая?» И тогда мудрец, который действительно очень умным человеком, сказал : «Все в твоих руках…»

**Вот и подошло к концу наше занятие! Таким образом, ЧУДЕСНЫЙ РИСУНОК КОВРА ,т.е ВАША жизнь, взаимоотношения с людьми, которые окружают вас- все находится В ВАШИХ РУКАХ. Вы хозяева своей жизни и будет ли ЧУДЕСНЫЙ КОВЕР вашей жизни ярким, красивым, теплым, пушистым, одним словом, ГАРМОНИЧНЫМ – ВСЕ ЗАВИСИТ ОТ ВАС САМИХ.**

Большое спасибо всем!

**Муниципальное образование**

**Приморско-Ахтарский район**

***Тренинговое занятие***

***на развитие коммуникативных умений***

***«ЧУДЕСНЫЙ КОВЕР»***

Педагог-психолог

МБОУ СОШ №4

ст. Ольгинская