**Необходимо чувствовать другого человека**

*На время нашего занятия мы с вами должны соблюдать некоторые правила.*

**Правила:**

1. каждый из вас имеет право высказать своё мнение;
2. внимательно выслушивать мнение других ребят;
3. необходимо соблюдать очерёдность;
4. храним чужие секреты –  соблюдаем конфиденциальность.

**Упражнение «Цвет моего настроения».**

*Вы, наверное, замечали, что иногда мы, говоря о нашем состоянии и настроении, используем цвета. Вы подумайте и напишите на бумаге какого цвета у вас сейчас настроение? Как напишите сразу переверните листок, никому его не показывая. А теперь попробуйте определить цвет настроение вашего соседа слева.*Необходимо посмотреть, на сколько совпадет мнение соседа с его собственным.

**Рефлексия:**

* Почему именно такой цвет обозначал то или иное состояние и настроение?
* Что помогало чувствовать настроение другого?
* Что мешало почувствовать настроение другого?
* А как вы думаете,  важно ли знать состояние и настроение другого человека? Почему?

**Необходимо учитывать  состояние другого человека**

**Упражнение «Колпак».**

**Цель:**снятие напряжения, создание общего приподнятого настроения, тренировка сосредоточения.

      Ведущий просит всех по кругу рассчитаться на 1-2-3.

      **Ведущий:***Колпак мой треугольный. Треугольный мой колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак.*

Некоторые учащиеся должны повторить текст вслух. После этого предлагается в этом тексте некоторые слова заменить жестами, но не все сразу, а последовательно – сначала слово «колпак», затем «мой», затем часть «тре» в слове «треугольный», затем вторую часть этого слова.

      Видоизменённый  текст будет произносить каждый первый, если он допускает ошибку, то тогда ещё одну попытку всё выполнить верно предпринимает 2-й из этой тройки и, возможно 3-й и т.д.

Условные обозначения:

* *Колпак –*два раза похлопать себя по голове (два слога);
* *Мой –* показать на себя;
* *Тре –* выбросить три пальца вперёд;
* *Угольный –* выпятить локоть.

**Рефлексия:**

* У какой группы получилось лучше всего?
* Как вы думаете, почему?  (необходимо уметь сосредоточиться)
* А в общении очень важно уметь сосредотачиваться на собеседнике? Какой вывод сделаем?

**Упражнение «Житейская психология»**

**Цель:**осознание и оценивание себя с точки зрения способности к компромиссу.

          На доске написано семь качеств:

* доброта
* решительность
* смелость
* отзывчивость
* умение слушать
* сильный характер
* целеустремлённость

Ведущий  предлагает каждому отметить, каких качеств ему не хватает в жизни для достижения успеха (3-4 качества). Все говорят по кругу, ведущий отмечает на доске сделанные выборы.

      Далее предлагается подумать об окружающих и выбрать те качества, которых окружающим не хватает. Ведущий аналогично делает пометки на доске.

      Затем подсчитываются суммарные выборы.

**Ведущий.***И вот каков результат наших выборов: то, что мы выбираем для других, мы часто не выбираем для себя. Ведущая потребность – самому быть сильным, а всем другим желаем пассивных качеств. Вот она – житейская психология.*

*Человек будет сильным, значимым только тогда, когда он будет позволять окружающим его людям быть сильными и значимыми. Тем самым будет возрастать и его авторитет.*

*В общении нужно искать компромиссы, иногда позволяя другой стороне тоже быть сильной, уступать в чём-то для достижения понимания и взаимодействия.*

**Необходимо искать компромиссы**

**Упражнение «Разговор через стекло»**

Все участники разбиваются на пары. Они должны только с помощью жестов договориться о чем-то. Тема сообщается только одному участнику, а он должен передать эту информацию своему товарищу, как бы стоя перед звуконепроницаемым стеклом. (Темы записаны на карточках, которые находятся в конверте)

Примерные темы:

- «Ты зовёшь товарища на рыбалку»;

- «Завтра в школе контрольная по математике, товарищу надо подготовиться»;

- «Ты очень голоден и просишь товарища принести тебе поесть»;

- «Узнай, который сейчас час».

**Рефлексия:**

* справились ли вы с заданием?
* Что было труднее всего?
* У кого получилось лучше всего? Как вы думаете почему? (умеют владеть своим телом, эмоциями, поэтому им легко донести необходимую информацию до собеседника)

**Необходимо владеть своими эмоциями и жестами**

**Упражнение «Волшебный стул»**

*В нашем кругу сегодня есть место чуду и волшебству! Здесь в кругу есть «волшебный» стул. Что в нём необычного? Человек, который садится на него, становится обладателем уникальной возможности услышать от других участников  комплименты в свой адрес. Итак, кто будет  первым?*

**Рефлексия:**

* Как вы себя чувствовали, когда вам говорили комплименты и когда их говорили вы?
* Удалось ли отразить в комплименте уникальность и положительные качества именно того человека, к которому комплимент был обращён?

**Нужно уметь говорить комплименты**

  Наше занятие подходит к концу. Нам осталось с вами провести последнее упражнение.

      **Упражнение «Связующая нить»**

Дети по кругу передают клубок ниток таким образом, что все, кто уже держал клубок в руках, продолжают держать нить. Передача клубка друг другу сопровождается высказываниями о том, что было интересного сегодня на занятии, что понравилось, что узнал нового, и изменился ли цвет твоего настроения?

*Спасибо за работу, до следующей встречи.*