УЧИМСЯ ОБЩЕНИЮ

*Оформление:*

На стене - плакаты с высказываниями великих людей на тему воспитанности, нравственности и этического поведения; фотографии с изображением доброжелательных, улыбающихся лиц.

Понадобятся:

• жетоны, вручаемые за правильные ответы; • призы для самых активных и сообразительных игроков.

ВЕДУЩИЙ (1): Наша сегод­няшняя встреча будет посвящена интересной и очень важной теме — общению. Человеческое общение многообразно и является жизненно важной необходимостью каждого, будь то полуторамесячный ребёнок или человек преклонного возраста.

Общение с людьми — сложное искусство, и оно не передаётся по наследству. Оно результат внутрен­ней культуры и воспитания челове­ка. Главной особенностью общения является доброжелательное отноше­ние друг к другу, основанное на спо­собности к сопереживанию, состра­данию и пониманию того, что в дан­ный момент лучше принести людям радость, а не страдание и горе. Эту мысль прекрасно иллюстрируют слова писателя М.М. Рощина: «Попробуйте не наступить, а усту­пить. Не захватить, а отдать. Не ку­лак показать, а протянуть ладонь. Не спрятать, а поделиться. Не орать, а выслушать. Не разорвать, а склеить».

Только такие действия способ­ны сделать наши отношения рос­кошью, как отметил это однажды Антуан де Сент-Экзюпери: «Един­ственная настоящая роскошь - это роскошь человеческого обще­ния». Так с чего начинается любое общение?

ВЕДУЩИЙ (2): Всё начинается с обычного приветствия. «Здравствуй­те!» свидетельствует о готовности к общению, и оно предлагает сделать его доброжелательным.

В нашей стране эта традиция су­ществует давно, и она предусматри­вала здороваться со всеми, кто идёт навстречу, даже с незнакомыми. Это означает знак уважения и

рас­положения к людям.

У многих народов выбор привет­ствия зависел не только от возраста, пола и степени близости общаю­щихся. На него влияло и другое. Например, время суток или то, чем занят приветствуемый в данный мо­мент. Однако в них обязательно зву­чит особое пожелание. Здороваясь с заканчивающим жатву, говорили: «С двумя полями сжатыми, с треть­им засеянным!» Женщине, занятой дойкой, желали: «Море под коро­вой!», рыболову: «Улов на рыбу!», девушке, черпающей воду: «Све­женько тебе!», а едящим: «Хлеб да соль!», пьющим: «Чай да сахар!»

ВЕДУЩИЙ (1): Со временем приветствия, конечно, меняются. Вместо «Здравия тебе желаю!» или «Желаю здравия!» сегодня мы про­износим «Здравствуйте!» или «При­вет!», а иногда «Добрый день!» или «Приветствую вас!».

Очень вежливыми и полными достоинства и уважения к человеку до сих пор остаются приветствия «Моё почтение!», «Доброго здо­ровья!», которыми пользуются чаще всего люди пожилые.

«Здорово!» — это приветствие мужское. Оно фамильярно, несколь­ко грубовато и имеет просторечный характер. Чтобы не показаться мало­образованным человеком, постарай­тесь избегать этого приветствия. Де­вушки - тем более.

Встречаются среди молодых лю­дей и такие приветствия, как «Са­лют», «Приветик!». Они довольно фамильярны и придают речи жар­гонный характер. К тому же эти приветствия нелитературные. Луч­ше не использовать их в своей речи.

Однако в любой ситуации будет уместно приветствие «Здравствуй­те!». Оно универсально, поэтому, употребляя его, вы не рискуете ошибиться.

ВЕДУЩИЙ (2): Приветствие, оказывается, может быть выражено не только словом, но и лицом, рука­ми, телом. Недоуменный взгляд, улыбка, кивок головой, пожатие ру­ки, пожимание плечами выступают своеобразным аккомпанементом звучащего слова. Вся моторика, свойственная лицу (мимика), рукам (жестикуляция), телу (пантомими­ка), объединяется общим понятием «жесты». Их основное назначение - усилить воздействие слова. Они мо­гут его сопровождать, дополнять, уточнять, а иной раз и замещать.

Уметь пользоваться языком жес­тов должны и мы с вами. От некото­рых из них, возможно, лучше изба­виться, а другие - изящные, вырази­тельные жесты - мы должны запомнить и научиться их применять.

А как вы знаете язык жестов и как применяете его на практике, мы сейчас узнаем, поиграв в увлекательную игру.

**«НЕ КРУТИТЕ ПАЛЬЦЕМ У ВИСКА, ИЛИ КОЕ-ЧТО О ЖЕСТАХ»**

*Приглашаются трое участников. Каждый из них получает карточку с указанием трёх вариантов ответа на вопрос - эти действия им надо будет продемонстрировать после того, как Ведущий задаст вопрос. Например, если надо улыбнуться или кивнуть головой, то эти действия и нужно проделать. Остальные присутствующие должны выбрать верный вариант. Ответившие правильно*

*по­лучают жетоны. Побеждают те игроки, которые соберут большее количество жетонов.)*

***Вопросы***

1. Как добиться расположения духа?

*а) Наклонить голову набок; б)* теребить мочку уха; с)вертеть что-нибудь в руках.

*ЮММЕНТАРИЙ:*

Следовать этому совету предлагает Чарльз Дарвин, который заметил, что люди, как и животные, наклоняют голо­ву набок, когда становятся в чём-то за­интересованы.

2.Когда глаза говорят, что вы нравитесь собеседнику?

а) Глаза опущены; б) *глаза расширены (но не вытара­щены);* с) глаза сужены.

*КОММЕНТАРИЙ:*

Если у вашего собеседника глаза расширены - он считает вас интерес­ной и привлекательной. Если сужены, значит, он настроен враждебно. А если глаза опущены - он смущён.

3.Как человек подчёркивает своё превосходство?

а) Заложил руку за голову; б) энергично потирает веко; с) *высоко поднимает подбородок.*

*КОММЕНТАРИЙ:*

Те, кто высоко поднимает подбо­родок, голову, одним словом, задира­ет нос, — всегда считают себя выше других.

4. Как по ногам узнать о спокой­ствии вашего собеседника?

а) Стоит, покачиваясь с носка на пятку; б) *ноги находятся на ширине плеч:*

с) носки ног повёрнуты внутрь.

*КОММЕНТАРИЙ:*

В том случае если собеседник стоит в позиции «ноги на ширине плеч» - его ничто не беспокоит. Если стоит, по­качиваясь с носка на пятку, - осторожнее: он неспокоен и раздражён; а вот если носки его ног повёрнуты внутрь — перед вами неуверенный, смущённый человек.

5.Как догадаться, что ваш собе­седник лжёт?

а) *Он прикрывает рот рукой;* б) сидит, скрестив ноги и руки; с) его руки находятся в карманах.

*КОММЕНТАРИЙ:*

Часто ребёнок, обманывая или го­воря неправду, интуитивно прикрывает рот рукой, пытаясь остановить лживые слова. Повзрослев, он может это делать несколькими пальцами.

6.Как определить, что вы надое­ли собеседнику?

*а) Он скрестил руки на груди; б)* сжимает руки в кулак; *с)* поправляет свою причёску.

*КОММЕНТАРИЙ:*

Если человек скрестил руки на гру­ди, будьте начеку - он с вами не согласен и пытается отгородиться от вашего влияния.

7. Как поступить с человеком, который потерял чувство меры, то есть провинился?

а) Удивлённо поднять брови; б)укоризненно покачать головой; с) *погрозить пальцем.*

*КОММЕНТАРИЙ:*

Палец, поднятый кверху, с давних пор является средством выражения недовольства и осуждения.

8. Как можно рукой выразив похвалу?

а) Покрутить пальцем у виска; б) сделать кольцо, образованное большим и указательным паль­цами; с) *поднять вверх большой палец.*

9.Вы хотите выразить свои чувства, поцеловав девушке руку. Как правильно это сделать в соответ­ствии с требованиями этикета?

а) Попросить протянуть руку для поцелуя; б) *слегка склонившись, приподнять её руку и поцеловать;* с) встать на колени и поцеловать руку.

10.Как по ладони узнать о дове­рии к вам собеседника?

*а) Ладони человека развёрнуты вверх; б)* ладони повёрнуты вниз; *с)* ладони находятся в положении указующего перста.

*КОММЕНТАРИЙ:*

Положение открытой ладони вверх — жест доверительный, неугро­жающий, напоминающий просящий жест нищего на улице. А вот если ла­дони собеседника повёрнуты вниз — этому жесту свойственен оттенок на­чальственности.

11.Какая поза рук говорит о том, что перед вами сидит скучающий собеседник?

а) Он постукивает пальцем по столу; б) *подпирает голову рукой;*

с) поглаживает подбородок.

*КОММЕНТАРИЙ:*

Если человек подпирает голову ру­кой, значит, ему стало скучно, и он дела­ет это, чтобы не заснуть. Если постуки­вает пальцем по столу — негодует, сердится; а если поглаживает подбо­родок — то явно оценивает вас.

12. По какому жесту можно оп­ределить о забывчивости собесед­ника?

а) Он потирает затылочную часть шеи ладонью; б) *шлёпает себя по лбу;*

с) хлопает себя по шее.

*КОММЕНТАРИЙ:*

Если собеседник неожиданно шлё­пает себя по лбу — он сигнализирует, что вспомнил что-то, но не напуган тем, что проявил перед вами свою забывчи­вость. Два других варианта — признаки расстройства или гнева.

13. Какое из рукопожатий гово­рит о равноправии собеседников?

а) Ваша ладонь развёрнута вниз; б) ваша ладонь развёрнута вверх;

*с) ваши руки находятся в одинако­вом положении, параллельно друг другу.*

*КОММЕНТАРИЙ:*

Рукопожатие, когда ваша рука раз­вёрнута вниз, говорит о том, что в дан­ном случае вы - хозяин положения. Если рука повёрнута вверх, значит, отдаете инициативу в отношениях собеседнику. А вот если находятся в одинаковом положении — такое положение можно считать равноправным.

14.О чём, по-вашему, говорит жест - руки на бёдрах?

а) О заинтересованности в беседе; б) о неуверенности в себе; с) *об агрессивности.*

*КОММЕНТАРИЙ:*

Когда руки собеседника на бёдрах — он имеет более внушительный, устра­шающий вид. Так же делают звери пе­ред нападением на свою жертву — про­являют агрессию.

15.О чём говорят большие паль­цы рук, выставленные из кармана?

*а) О властности натуры; б)* о защите; *с)* о насмешке.

*КОММЕНТАРИЙ:*

Если большие пальцы рук вашего собеседника выставлены из карманов — осторожнее: этот жест свидетельствует о властности, превосходстве и даже

аг­рессивности человека.

*(Подведение итогов игры. Награжде­ние самых активных участников.)*

ВЕДУЩИЙ (1): А теперь давай­те поговорим о жестах, об их «по­лезности» и «вредности», если мож­но так выразиться. Пожалуй, ничто в человеческом поведении не влия­ет так на наше расположение, как доброжелательная улыбка и откры­тый взгляд. И не правы те, кто счи­тает, что улыбка человека предназ­начена для самого себя. Улыбка са­мому себе не так уж и нужна. Если бы не зеркало, вы бы её так никогда и не увидели. Улыбка предназначе­на в первую очередь другим людям, чтобы им с вами было хорошо, ра­достно и легко.

Но улыбки бывают разные. Го­ворят, что можно различить до 100 от­тенков: снисходительная, ирони­ческая, отчаянная, глупая и т. д. Лев Николаевич Толстой, например, так характеризует некоторые улыб­ки: «Есть люди, у которых одни гла­за смеются, - это люди хитрые и эгоисты. Есть люди, у которых рот смеётся без глаз, - это люди слабые, нерешительные; и оба эти смеха неприятны».

ВЕДУЩИЙ (2): Самой неотразимой всё-таки считается добрая, искренняя улыбка.

Она одна из главных выражений человеческого контакта, доброжелательности, участия. Это как раз то, чего мы чаще всего ищем в лице собеседника. Запомните, пожалуйста, что люди формируют своё мнение о другом человеке за первые 90 секунд знакомства и именно тогда, когда заглянули вам в лицо. Так как лицо - главный «инструмент» человеческого общения, то и владеть им, как и любым инструментом, надо уметь.

Тем, кто криво улыбается, смотрит исподлобья, капризно выпячивает губы, некрасиво морщит лоб, то есть искажает своё лицо всевозможными гримасами, необходимо от этого как можно скорее избавиться. Помните, что человека в первую очередь красит поведение, походка, осанка и изящные жесты, а не привлекательное лицо и одежда.

Оказывается, все наши жесты, мимика и даже позы дают около 80 процентов информации о нас, поэтому они обязательно должны носить приветливый характер.

Кивок головой, например, долж­ен быть лёгким, как и улыбка. Кепку и шапку снимают только мужчины и приподнимают их не высоко, а лишь символично, хотя бывает достаточно просто дотронуться до неё. Рукопожатие должно быть

решительным, крепким, энергичным, но не резким и не слишком силь­ным. А вот вялая, безжизненная рука, робкий, нерешительный жест, словно вы предлагаете человеку по­держать медузу, свидетельствуют о вашем плохом настроении и

безразличии к собеседнику.

Издавна в России было принято при встрече целовать даме руку, сегодня, кстати, находятся молодые люди, которым нравится этот стиль общения. Поцелуй руки

является для них знаком глубокого уважения или особой симпатии к девушке.

А вы, милые девушки, в свою очередь не делайте дикие гримасы и не смейтесь в лицо, если какой-то юноша захотел поцеловать вам руку. Вы будете выглядеть смешной и нетактичной. Если не хотите показаться таковой, просто деликатно освободите свою руку из мужской ладони. Но ни в коем случае не одёргивайте её резко и тем более не прячьте за спину.

ВЕДУЩИЙ (1): В древности, кстати, поцелуй как жест привет­ствия был распространён шире, чем в наши дни. В некоторых странах даже был разработан своеобразный «церемониал поцелуев». В Древнем Риме, например, были приняты три варианта приветствий. Близкому окружению разрешалось целовать правителя в губы, обычным санов­никам - целовать руки императора, а слугам для поцелуя предоставля­лись его ноги.

В наши дни поцелуй как привет­ствие уместен не в каждой среде и не в каждой ситуации. Целуют в губы, в щёчку и даже в руку лишь очень близкие подруги, друзья и родствен­ники, и то если долго не виделись.

Молодёжь, к сожалению, часто не знает, что «делать с руками», ку­да их деть во время общения, бесе­ды. Девушку, правда, в таком слу­чае спасает сумка, за которую мож­но «уцепиться», а вот юноша лишён этого полезного аксессуара. Вроде бы есть единственный выход - по­местить руки в карманы. Но по пра­вилам этикета держать руку в кар­мане допустимо лишь одну, и то лучше время от времени её оттуда извлекать. О том, чтобы держать обе руки в карманах брюк или курт­ки, не может быть и речи: этого не следует делать даже в кругу своих друзей.

Некрасиво размахивать руками во время ходьбы или прогулки и энергично жестикулировать во вре­мя разговора. Неприлично также прикрывать рот рукой (если, конеч­но, вы в данный момент не чихаете или не зеваете), указывать на людей пальцами или шептать друг другу на ухо в присутствии других людей. Ес­ли вам всё же необходимо что-то пе­редать собеседнику — покажите это взглядом или скажите, наконец. Не и здесь надо быть предельно тактич­ным. В любом случае неприлично «упираться» взглядом в незнакомого человека. И ещё, при разговоре же­лательно смотреть друг другу в глаза.

ВЕДУЩИЙ (2): Понаблюдайте, пожалуйста, за собой, и если у вас есть эти некрасивые привычки, постарайтесь от них избавиться, так как все они говорят об отрицатель­ных чертах вашего характера. Пом­ните, что при общении они могу: быть замечены собеседником. А вдруг они ему не понравятся? Тог­да может случиться самое худшее: интерес к вам пропадёт, и круг ва­ших знакомых сузится.

Чтобы этого не случилось, конт­ролируйте себя и свои жесты. И всег­да помните, что жесты должны быть сдержанными и целесообразными, и большинство из них мы должны использовать лишь в исключитель­ных случаях. И только тогда вокруг вас будут верные друзья и приятные собеседники. Вам хочется этого? В таком случае — дело за вами: вы­учите «азбуку жестов» на пять и пос­тарайтесь никогда не совершать ошибок.