

Конспект тренінгового заняття гуртка «Веселка»

Тема заняття «Дружба і Спілкування»

Вправа «Привітання» (5хв)

Ми вже досить давно знаємо один одного. Давайте сьогодні ми спробуємо презентувати сусіда зліва. Ви називаєте ім'я цієї людини та дві найкращі її риси. Немає людей, в яких немає чогось хорошого, можливо ви просто погано їх знаєте. Зрозуміло? Я почну. Це _____. Мені подобається з нею спілкуватися, бо вона добра і вміє співчувати або це _____, я поважаю її за щедрість та почуття гумору.

Вправа «Очікування» (3хв)

Сьогодні ми поговоримо про спілкування, дружбу та симпатію.

Я хотіла би, щоб ви висловилися – чого чекаєте від нашого заняття.

Всі висловлюються по колу

Не забувайте подякувати

Інформаційне повідомлення (7 хв)

Притча «Рай та пекло»

«Якось мудрець звернувся до Господа з проханням показати йому рай та пекло. Господь погодився і відвів мудреця до великої кімнати, посеред якої стояв величезний казан з їжею, а навколо нього ходили і плакали голодні та нещасні люди. Вони страждали, бо не могли поїсти, хоча у них були ложки, а ручки у ложок були дуже довгі — довші за руки.

— Так, це справді пекло, — сказав мудрець.

Тоді Господь відвів мудреця до іншої, точнісінько такої ж кімнати. Посеред цієї кімнати стояв такий же казан з їжею, люди, що були в кімнаті, тримали в руках точнісінько такі ж ложки, проте вони були ситі, щасливі й веселі.

— Так це ж рай! — вигукнув мудрець.

Запитання для обговорення:

- що допомогло людям з другої кімнати стати щасливими?
- що змогли зробити щасливі люди і не змогли – нещасні?

Висновок: порозумітися, вирішити проблеми люди можуть взаємодіючи один з одним — спілкуючись.

Спілкування — один із найважливіших процесів в житті людини, це процес розвитку контактів між людьми. Саме при спілкуванні (безпосередньому, за допомогою книг, телебачення, Інтернету, інших засобів) ми можемо здобути необхідні знання й дізнатися про досвід інших людей. Спілкуючись, ми можемо реалізувати свої мрії й досягти мети, тобто тільки в процесі спілкування людина стає особистістю.

Проте спілкування — це не завжди задоволення, іноді це кропітка праця і пошук виходу. Конфлікти — невід'ємна частина взаємодії між людьми, тому що всі ми різні, й кожен прагне свого.

Конструктивне вирішення конфлікту — це теж частина спілкування, і дуже важлива. Ефективне спілкування – шлях до успіху й реалізації задуманого, а тому навичками такого спілкування варто оволодіти. Конструктивне

(ефективне) спілкування передбачає, по-перше, врахування інтересів тих, з ким спілкуєшся, і, по-друге — зважання на можливі наслідки тих чи інших дій в процесі спілкування

Руханка «Спіймай погляд» (3 хв)

Всі стаємо у коло. Подивіться уважно один на одного. Тепер дивимося на підлогу. За моєю командою ви піднімаєте погляд на сусіда справа, зліва або навпроти. Якщо погляди співпали, ви міняєтеся місцями. Зрозуміло? Готові? Піднімаємо погляд. *Далі проводимо ще 4-5 разів. Потім пари виходять з кола і сідають разом*

Дякую. Ви звернули увагу, чий погляд ви намагалися спіймати? Так! Людини, якій симпатизуєте. Тепер ми попрацюємо у парах і поговоримо про симпатію.

Вправа «Вислухай – поверни» (7 хв)

Ви сидите у парах. Розділіться на 1 і 2-го. Перші підніміть, будь ласка, руку. Зараз ви протягом хвилини будете розповідати своєму другому щось про себе. Другі, слухайте уважно. Готові? Хвилина пішла.

Стоп! Тепер другі повинні відтворити інформацію, почуту від партнера. А перші – оцініть, будь ласка, на скільки точно була відтворена інформація.

Тепер міняємося.

Давайте порівняємо. У другому випадку інформація була відтворена точніше, адже слухачі вже знали, що їм потрібно буде її відтворювати.

На жаль іноді ми слухаємо наших співрозмовників, але не чуємо.

Вправа «Я хочу тобі сказати, що...» (10 хв)

Ділимося на дві групи – хлопці та дівчата

Ваше завдання придумати й записати по 5 фраз, які ви могли б сказати людині, що вам подобається (висловити свою симпатію, добре ставлення).

У вас 7 хвилин. Закінчуємо, на рахунок три вкажіть на людину, яка презентуватиме напрацювання. Давайте по одній фразі, по черзі. Хто почне?

Запитання для обговорення:

- що було важко робити під час виконання завдання?
- як відчуває себе людина, якій говорять такі слова?

Висновок: симпатія людей один до одного робить спілкування цікавим і приємним.

Вправа «Автобусна зупинка» (7 хв)

Зараз кожен з вас має можливість поділитися враженнями про сьогоднішнє заняття. Ви бачите на стінах чотири листочки з незакінченими реченнями. Ви можете підійти і продовжити будь-яке. Можна усі чотири, можна – тільки одне. У вас 5 хвилин, потім повертайтеся на місце.

На стінах кімнати висять листочки, на яких написано «Дякую за...», «Я зрозумів, що головне...», «Тепер я буду...», «У моєму класі є...»

Дякуємо за сьогоднішнє заняття, поаплодуємо один одному.