Транскрипт

ТРЕНИНГ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ ОСНОВЫ КОМАНДООБРАЗОВАНИЯ и ЭФФЕКТИВНОЙ КОММУНИКАЦИИ

2 ЦЕЛЬ ТРЕНИНГА Повышение сплоченности учебного класса, развитие коллектива как целостного группового субъекта.

3 ЗАДАЧИ ТРЕНИНГА создание доверительной атмосферы для общения в группе, благоприятного социально-психологического климата; развитие эмпатии участников тренинга по отношению друг к другу; формирование навыков взаимодействия в команде (группе); развитие неформальной структуры группы, ее эмоциональной экспансивности; формирование групповых норм партнерского общения; развитие чувства «мы», внутреннего единства класса.

4 Эмпирические индикаторы сплоченности коллектива

1. Развитость неформальных отношений внутри группы: включенность членов коллектива в общение, лидерство в группе ;

2. Принятие групповых решений, сотрудничество в группе, автономность класса при решении общегрупповых задач;

3. Чувство «мы», целостность класса, социально-психологический климат в группе.

5 Основные правила работы в группе принцип активности; принцип исследовательской (творческой) позиции; принцип объективации (осознания) поведения; принцип партнерского субъект - субъектного общения.

6 Принципы подбора игр Основные принципы работы в тренинге, на основе чего подбираются игры: контакт, коммуникация, кооперация.

7 КОММУНИКАЦИЯ Коммуникация подразумевает развитие навыков партнерского общения, а также открытое обсуждение проблем группы Эти задачи выполняют следующие упражнения: «Контакт», «Интервью в парах», «Ассоциации», «Великое лицо». Помимо формирования навыков партнерского общения, упражнения позволяют развивать ЭМПАТИЮ.

8 КООПЕРАЦИЯ Кооперация позволяет участникам группы получить навыки работы в команде, достижения групповых целей. Упражнения группового взаимодействия: «Путаница», «Групповой портрет». Успех достигается только тогда, когда вся группа работает над решением задачи. Упражнения стимулируют лидерские процессы в группе, развивают ЭМПАТИЮ.

9 САМОПОЗНАНИЕ Упражнения на самопознание («Автопортрет», «Планета несуществующих животных», «Объявление в газету»). «Узнавание» друг друга способствует росту сплоченности в группе за счет «открытия» в членах класса позитивных сторон, обнаружения общего с другими одноклассниками.

10 Групповые ритуалы В начале работы используется ритуал «Приветствие», в котором все участники по кругу здороваются друг с другом и рассказывают о самом приятном (запомнившемся) событии прошедшей недели.

11 Групповой ритуал в конце занятия Упражнение «Клубок»: когда во время выполнения задания происходит не только обмен впечатлениями, но и общее групповое действие. В руках ведущего клубок. Конец нити он наматывает на палец и передает клубок кому-то из группы, при этом он говорит о том, что в работе этого человека ему сегодня особенно понравилось. Участник закрепляет нить на пальце и передает клубок дальше. Ход передается до тех пор, пока клубок не побывает у каждого. В результате получается паутинка, которую можно снять с пальцев и оставить на полу в классе, а можно смотать с ответной обратной связью.

12 «ЗНАКОМСТВО» Упражнение «Имя качество»: участники по кругу называют свое имя и качество, которое помогает им налаживать отношения в классе. Знание имен может быть закреплено упражнением «Снежный ком», когда первый участник называет свое имя, следующий участник имя первого и свое, третий участник имя первого, второго, свое и т. д. до последнего участника. Это позволяет сформировать и закрепить норму общения в группе только по именам, так как в школьном подростковом коллективе для обращения часто используются фамилии и клички.

13 «Интервью в парах» Способствует развитию навыков самопрезентации, эмпатии, создает условия для доверительного общения, дает возможность лучше узнать друг друга. Группа разбивается на пары. За ограниченное время (10 минут) необходимо собрать друг о друге как можно больше информации. Затем участники представляют друг друга всем присутствующим на тренинге. Форма представления следующая: один участник встает за спину партнера по общению, кладет ему руки на плечи, рассказывает о нем от первого лица. Например, Лена встает за спину Наташе и говорит: «Меня зовут Наташа, я...» и рассказывает все, что она узнала о Наташе, затем участники меняются местами. Такая форма представления помогает с помощью физического контакта сократить дистанцию между участниками, а также развивает эмпатию.

14 КОНТАКТ Знакомство участников с основными приемами эффективного общения, формирование умений и навыков установления контакта в межличностном общении. Обязательно отмечается работа тех участников, которые способствовали росту сплоченности в группе, помогали другим участникам раскрыться.

15 Упражнение «Объединение по качествам» Участники делятся на пары и ищут 8 общих для них качеств. Двойки объединяются в четверки, которые ищут по 6 общих для всех качеств, четверки объединяются в восьмерки и ищут по 4 общих качества, группа делится пополам и ищет по 3 общих для всех качества. И наконец, весь класс ищет 2 общих для всех качества. Такое постепенное движение от пары к целому классу позволяет перейти группе на новый уровень отношений, осознать объединяющие всех членов коллектива свойства.

16 Упражнение «Объявление в газету» Учащимся раздаются листы бумаги и дается задача написать объявление в газету, в рубрику «Ищу друга». Работа не подписывается. Затем объявления сдаются ведущему, который просит участников освободить места и на сиденьях раскладывает объявления. Учащиеся должны пройти по кругу, прочитать все объявления и поставить крестики на тех трех объявлениях, которые понравились больше всего. После чего зачитываются и анализируются только те объявления, которые набрали наибольшее количество крестиков. Это позволяет выделить неконструктивные требования к партнерам по общению, сократить их количество.

17 Поведение ведущего Подводя итог, ведущий повторяет те качества, которые объединяют группу, подчеркивает важность личностного роста в противовес требованиям к окружающим, а также отмечает, что в каждом человеке можно найти нечто позитивное и каждому сказать комплимент, ведь поддержка друг друга в группе является фундаментом благоприятного социальнопсихологического климата.

18 ОБЩЕНИЕ, БЕСЕДА Дальнейшее повышение коммуникативной компетентности участников через формирование эффективной стратегии общения. Ведущий рассказывает подросткам о коммуникативной стороне общения, типах вопросов, стратегиях беседы. Полученные знания учащиеся отрабатывают в упражнениях «Великое лицо» и «Открытый вопрос»

19 Упражнение «Великое лицо» Участвуют два человека. Один описывает известное лицо- ученого, писателя и т.д. Дается его характеристика. Другой отгадывает этого человека, задает вопросы, дается разрешение на подсказки из группы. Ведущий помогает сформулировать вопросы, в конце анализирует наиболее успешную стратегию вопросов.

20 Упражнение «Открытый вопрос» открытые вопросы - направляют беседу в заданное русло. Открытые вопросы подталкивают человека к развернутому ответу, поэтому снижают риск услышать однозначное «нет»; они позволяют получать в ответ только необходимую информацию, но не сообщать итоговое решение. В этом случае ответ «да» или «нет» прозвучит только в самом конце беседы, и он окажется уже предсказуемым и ожидаемым. Соответственно, от закрытого вопроса можно ждать только четкого согласия или отказа. (ДА, НЕТ) Пример 1: открытый вопрос : Как вы учитесь? ответ : хорошо.закрытый вопрос : Вы хорошо учитесь? ответ : Да.открытый вопрос : Какие предметы Вам нравятся? Ответ: иностранный и литература.закрытый вопрос: Вам нравятся иностранный и литература? ответ клиента: Да. Как ты любишь проводить время? Какие качества ценишь в людях? И т.д.

21 «Путешествие»: «Кочки на болоте». Цель упражнений : Повышение уровня сплоченности класса благодаря физическому контакту. Первый этап путешествия «Кочки на болоте». Ведущий заранее готовит карточки с пословицами (на каждой карточке написано по одному слову). На группу необходимо подготовить 3 4 пословицы. По количеству пословиц класс делится на подгруппы. Для каждой подгруппы на полу выкладываются листы бумаги формата А4 «кочки». Все участники встают на «кочки», во время выполнения упражнения наступать на пол нельзя (только на «кочки»). Карточки каждой пословицы перемешиваются и раздаются учащимся. Задача - поменяться местами так, чтобы слова пословицы находились правильном порядке. Упражнение позволяет через физический контакт сократить дистанцию между участниками, выработать стратегию работы в команде. В конце упражнения можно отметить наиболее успешную стратегию.

22 «Групповой рисунок по кругу». Всем участникам выдаются листы бумаги формата А4 и карандаши (фломастеры). Задача задумав картину (пейзаж за окном путешественника), нарисовать только один ее элемент, после чего листок передается соседу слева. Таким образом, каждый участник получает листок с одним элементом. Задача дорисовать один элемент и передать соседу слева. Рисунки передаются до тех пор, пока круг не замыкается. Обсуждается целостность получившихся картин, привлекательность для «автора». Упражнение позволяет развивать эмпатию участников, умение видеть позицию другого, в целостном действии развивает сплоченность коллектива.

23 «Групповой рисунок по кругу». Упражнение позволяет развивать сплоченность группы, двигаясь от стадии к стадии, от работы на личном пространстве до работы на общей территории.работа выполняется в два этапа. На первом этапе индивидуальный рисунок (животное, не существующее в природе), на втором групповая работа. Ведущий предлагает разместить своих животных на ватмане и приклеить; рисунок дорисовывается группой. Для планеты, где располагаются животные, придумывается название, которым подписывается рисунок.

24 «Я глазами других» Цель. Предоставление возможности участникам лучше узнать остальных членов группы и получить обратную связь о себе; раскрытие внутреннего мира каждого участника для лучшего взаимопонимания. Упражнение «Ассоциации с настроением», в котором нужно сказать, с каким цветом ассоциируется настроение участников группы. Другой вариант: можно назвать имя и ассоциацию, связанную с именем (цвет, качество, явление, предмет и т. д.). Для разминки используется упражнение «Ассоциации с мячом». Ведущий называет свое слово, например «солнце», и бросает мяч любому участнику группы. Следующий участник (тот, кто с мячом) называет любую ассоциацию на это слово и также кидает мяч. Ассоциации нужно называть не на весь ряд слов, а только на последнее слово.

25 «Я глазами других» Один из участников группы выходит за дверь, а группа загадывает кого-то из членов группы. Задача «водящего» определить, кого загадали. Для этого можно спросить группу о том, с чем ассоциируется «загаданный» человек (цвет, дерево, музыка, животное, еда, мебель и т. д.). В конце занятия обсуждается важность доверия для общения в классе, отмечаются те «открытия», которые ребята сделали при выполнении упражнений.

26 «МЫ» Группа строит «Городок», учится договариваться друг с другом (кому какое место занять, кто и что дорисовывает, как назвать городок и т. д. Во время анализа участниками отмечаются наиболее удачные детали рисунка, отмечают привлекательность получившегося рисунка. Тренер обязательно делает акцент на вкладе каждого в работу и ценность группового взаимодействия. В упражнении развивается чувство «мы», групповое единство, закрепляются навыки взаимодействия в команде.

27 Завершающие игры В упражнении «Автопортрет» можно применить те знания о себе, которые подростки получили в ходе тренинга. Упражнение «Лист пожеланий». Для него заранее готовятся листы бумаги формата А4 с рамочками (можно использовать цветную бумагу). Каждый подросток на листе пишет свое имя и передает соседу слева, а затем получает листок с именем и пишет пожелание хозяину имени, после чего лист опять передается соседу слева. Упражнение выполняется до тех пор, пока все не получат листки со своими именами и пожеланиями. Упражнение повышает настроение участников. Чтобы усилить эффект, можно попросить учащихся зачитать самые понравившиеся пожелания. Листы пожеланий забираются ребятами домой.

28 Подведение итогов В программе занятия с целью развития коммуникативных навыков чередуются с занятиями на групповое взаимодействие, что позволяет, с одной стороны, повышать коммуникативную компетентность участников (необходимую для роста сплоченности), с другой стороны, реализовывать принципы партнерского общения при принятии группового решения. Класс, участвуя в занятиях, двигается от стадии к стадии за счет формирования чувства «мы», развития целостности группы и ее сплоченности.