

КУРС

«Тренинг общения»

Автор: Христидис Татьяна Витальевна

Доктор педагогической наук, профессор, заведующая кафедрой педагогики, психологии и философии, практический психолог, автор публикаций по развитию коммуникативных способностей.

Уверенно коммуницировать и убеждать - это вопрос тренировки! Благодаря упражнениям тренинга, Вы научитесь снимать внутренние барьеры, сможете развить навыки коммуникации, самопрезентации и уверенного общения, управлять ходом беседы. И, конечно же, умению слушать и договариваться с разными людьми на основе визуальной психодиагностики, прокачаете навыки общения: «Я-высказывание», «Активное слушание» и др.

Краткое содержание тренинга (примерные темы занятий):

1. Перцептивная функция общения. Познание себя и других в процессе общения.

Цель занятия: создание условий для лучшего и быстрого знакомства участников тренинга, ознакомление их с принципами работы группы, создание групповых ритуалов, овладение игровым стилем общения, определение личностных особенностей каждого участника, над которыми ему придется работать вместе с группой.

Упражнения:

Знакомство.

Варианты:

Упражнение «Кто я?»

Упражнение «Кто мне нравится и кто не нравится»

Упражнение «Снежный ком»

Выработка правил работы в группе

Упражнение «Девиз»

Упражнение «Игрушка»

Упражнение «Отгадай, кто это?»

Список качеств, важных для межличностного общения.

Упражнение «Телефон доверия»

2. Невербальные средства общения

Цель занятия: усвоение невербальных средств общения, разрушение шаблонов повседневного общения, активное самораскрытие, преодоление психологических барьеров и стереотипов.

Упражнения:

Ритуал приветствия группы

Рефлексия прошлого занятия

Упражнение «Ласковое имя»

Упражнение «Подарок»

Упражнение «Эмпатия»

Упражнение «Брачное объявление»

Упражнение «Мимика и жесты»

Упражнение «Правда – не правда»

Упражнение «Без маски»

3. Коммуникативная функция общения. Стили общения.

Цель занятия: изучение стилей общения, дальнейшее самораскрытие, открытие в себе сильных сторон; изучение возможностей использования своих сильных сторон в взаимоотношениях с окружающими; тренировка навыков общения.

Упражнения:

Ритуал приветствия

Упражнение «Здравствуйте»

Рефлексия прошедшего занятия

Это проверка домашнего задания.

Упражнение «Интервью»

Упражнение «Перехват инициативы в диалоге»

Упражнение «Видение других»

Упражнение «Разговор через стекло»

Упражнение «Сильные стороны»

Упражнения на тренировку навыков поддержки, Я-слушания, Я-высказывания.

4. Интерактивная функция общения. Подведение итогов тренинга.

Цель занятия: регуляция эмоционального состояния, демонстрация полученных общения, подведение итогов

Упражнения:

Ритуал встречи

Психологическая разминка.

Упражнение «Решительный разговор»

Упражнение «На приеме у психолога»

Упражнение «Чемодан»

Христидис Т.В. tahris@mail.ru

В результате прохождения программы слушателю выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца в объеме 36 часов.

