

Компетентность в сфере общения: классный час с элементами тренинга

О. В. Половко,

учитель белорусского языка и литературы

второй квалификационной категории

СШ № 12 г. Пинска

Новые подходы к совершенствованию образовательного процесса в школах требуют использования наиболее эффективных методических форм работы классного руководителя. К числу таких форм относится социально-психологический тренинг.

Социально-психологический тренинг общения является одним из инструментов активного социального обучения и психологического воздействия, осуществляемого в процессе группового взаимодействия и направленного на приобретение социально-психологического опыта и повышение социально-психологической компетенции в сфере общения. Во время работы в классе учащийся получает определенные знания и умения, он чувствует себя принятым, не боится доверять окружающим. Групповое взаимодействие дает возможность идентифицировать себя с другими, облегчает самоанализ и самораскрытие, способствует активной и полноценной жизни, развитию навыков правильного эмоционального реагирования.

Цель: обучение эффективному поведению для достижения согласия при решении групповой задачи.

Задачи:

- ✓ создание благоприятного, доверительного микроклимата в классе;
- ✓ обучение навыкам продуктивного общения;
- ✓ формирование позитивной доминанты в восприятии других людей, умения конструктивно высказывать свои претензии.

Оборудование: опросный лист «Я -- общительный человек», таблицы «Список претензий к окружающим», «Перечень предметов и вещей, которые остались в гондоле шара», мяч, доска, мел.

Ход классного часа

1. Приветствие, сообщение темы.

Игра-разминка «Путаница»

Сейчас один из вас, доброволец, выйдет за двери. Остальные встанут в круг и возьмутся за руки, образуя плотное кольцо. Вам необходимо «запутаться», не разнимая рук. Когда «клубок» будет готов, пригласим ведущего, который «распутает» группу.

2. Сообщение целей встречи

(Цели записаны на доске.)

3. Принятие групповых норм работы

(Учащиеся рассаживаются по кругу. Правила обсуждаются и записываются на доске.)

1. Правило поднятой руки: прежде чем что-либо спросить, необходимо поднять руку.
2. Говорить от своего имени: не обобщать и не говорить от имени всех, обращаться к конкретному лицу (не ведущему).
3. Здесь и теперь: анализировать и обсуждать то, что предлагается на данной встрече.
4. Три не: не бурчать под нос, не шептать на ухо, не перебивать другого.
5. Активность: участвовать в работе и обсуждениях.
6. Конфиденциальность: вся информация о конкретных участниках должна сохраняться в группе, это условие психологической безопасности и самораскрытия.
7. Искренность и открытость: не лицемерить и не лгать, быть самим собой.
8. Обсуждать и критиковать высказывание, а не личность: каждое мнение имеет право на существование.

4. Упражнение «Нетрадиционное приветствие»

С давних пор повелось, что люди не обходятся без приветствия. Именно через приветствие мы выражаем свое почтение, уважение, симпатию к другому человеку.

А как вы приветствуете друг друга при встрече? *(Желающие рассказывают и показывают традиционные способы, приемы, манеры приветствия.)*

Что вы во время приветствия испытываете? *(Эмоций мало, так как это «привычно».)*

А теперь давайте попробуем испытать новые чувства. Для начала предлагаю несколько вариантов приветствия:

ладонями (*тыльной стороной*);

стопами (*внутренней частью, только очень легко, чтобы не было больно*);

коленями (*внутренней стороной колена левой ноги слегка коснуться внутренней стороны колена правой ноги партнера*);

плечами (*правое плечо легонько прикасается к левому плечу партнера, а затем наоборот*);

лбами (*очень осторожно*).

Придумайте свои нетрадиционные приветствия, которые вы можете показать всему классу. (*Учащиеся предлагают свои варианты.*)

5. Упражнение «Комплимент»

У каждого есть сильные стороны характера. Умение увидеть положительные качества у любого человека и, главное, найти нужные слова, чтобы сказать ему об этом, - вот что необходимо для приятного и конструктивного общения. Давайте попробуем проверить, насколько мы доброжелательны друг к другу, умеем ли мы видеть хорошее в других и говорить об этом, не стесняясь своих слов, не отводя глаз в сторону.

Каждый внимательно смотрит на партнера, сидящего слева, и делает комплимент (называет черту характера, привычку этого человека, которая ему больше всего нравится.) Все внимательно слушают. Участник, которому сделан комплимент, благодарит, а затем устанавливает контакт с партнером, сидящим слева от него, делает свой комплимент и так далее по кругу, пока все учащиеся не скажут что-то приятное своему партнеру. Если кто-то из участников не готов сделать комплимент, он имеет право пропустить ход и сказать после всех.

6. Упражнение «Общительный ли я?»

Каждому человеку интересно и полезно знать мнение о себе окружающих людей. Он задает себе вопросы, что о нем думают другие люди, как воспринимают его поступки, слова, внешность.

Давайте прямо сейчас попробуем провести импровизированный социологический опрос членов класса. Каждый присутствующий имеет определенное мнение по поводу вашей внешности, манеры говорить, жестикулировать. Мы будем задавать друг другу только один вопрос: «Как ты думаешь, я - общительный человек? (*Используется опросный лист.*)

Я - общительный человек

| Имя партнера | Мнение, в баллах | Подпись партнера |
|--------------|------------------|------------------|
| | | |
| | | |

Каждый участник опрашивает возможно большее число одноклассников. Тот, к кому обратились, оценку дает по следующей шкале:

Ты самый общительный человек (+2 балла);

Ты общительный человек, но есть более общительные люди (+1 балл);

Я тебя совсем не знаю с этой стороны (0 баллов);

Ты необщительный человек, но есть более необщительные люди (1 балл);

Ты очень необщительный человек (2 балла).

Оценка сразу записывается в опросный лист того участника, который ее получил. Вместе с оценкой в баллах ставиться подпись опрашиваемого члена группы. Если нет подписи, то балл не будет засчитан. Время проведения - 5 минут.

7. Упражнение «Список претензий»

Мы не всегда довольны друг другом. Бывает так, что самые близкие люди вызывают отрицательные эмоции, временами даже не устраивают всё человечество. Давайте проанализируем наше недовольство окружающими - назовем это списком претензий (заполняют таблицу).

Претензии должны быть четкими и конкретными. Таблицу необходимо заполнять откровенно, так как каждый делает это только для себя. Чтобы принять людей, нужно понять, чем же они нас не устраивают.

Время проведения - 10 минут.

Список претензий к окружающим

| Люди, которыми я не доволен | Претензия |
|-----------------------------|-----------|
| Мама | |
| Папа | |
| Бабушка | |
| Дедушка | |

| | |
|---------------|--|
| Брат (сестра) | |
| Знакомые | |
| Одноклассники | |
| Мужчины | |
| Женщины | |
| | |
| | |

(Список лиц, к которым предъявляются претензии, может быть расширен и дополнен. После заполнения таблицы учащиеся объединяются в группы (4-5 человек) и делятся результатами своего анализа друг с другом.)

8. Деловая игра «Воздушный шар»

(Учащиеся внимательно выслушивают информацию.)

Представьте себе, что ваша группа - экипаж научной экспедиции, который возвращается домой на воздушном шаре после выполнения научных изысканий. Вы осуществляли аэрофотосъемку необитаемых островов, которые были обнаружены в океане.

Ваш воздушный шар летит над океаном, погода прекрасная. До ближайшей земли 500-550 км, и скоро долгожданный берег. Но произошло непредвиденное: в оболочке воздушного шара по неизвестным причинам образовалось отверстие, через которое выходит газ, а тут еще и погода начала портиться, чувствуются сильные порывы ветра.

Шар начал стремительно снижаться. Вы сразу же выбросили за борт все мешки с балластом (песком). На некоторое время падение замедлилось, но не прекратилось. Через 5 минут шар стал падать с очень большой скоростью. Весь ваш экипаж собрался в центре для того, чтобы обсудить создавшееся положение. Нужно принимать решение, что и в какой последовательности выбрасывать за борт. Вот перечень предметов и вещей, которые остались.

| Наименование предметов | Вес, кг |
|----------------------------|---------|
| 1 . Канат, 50 м | 20 |
| 2. Аптечка с медикаментами | 5 |
| 3. Компас гидравлический | 6 |

| | |
|--|---------------|
| 4. Консервы мясные и рыбные | 20 |
| 5. Секстант (для определения местонахождения по звездам) | 5 |
| 6. Винтовка с оптическим прицелом и запасом патронов | 25 |
| 7. Конфеты (разные) | 20 |
| 8. Спальные мешки (по одному на каждого члена экипажа) | 1 мешок -1 кг |
| 9. Ракетница с комплектом сигнальных ракет | 8 |
| 10. Палатка 10-местная | 20 |
| 11. Баллон с кислородом | 50 |
| 12. Комплект географических карт | 25 |
| 13. Канистра с питьевой водой, 20 л | 20 |
| 14. Транзисторный радиоприемник | 3 |
| 15. Лодка резиновая надувная | 25 |

Ваша задача - решить вопрос о том, что и в какой последовательности вы должны выбросить.

(Каждый учащийся без обсуждения с другими учащимися отмечает последовательность, в которой он считает целесообразным выбрасывать вещи. Время проведения - 10 минут.)

Класс собирается в круг и приступает к выработке коллективного решения, руководствуясь следующими правилами:

высказать свое мнение может любой член экипажа;

количество высказываний одного человека не ограничивается;

решение принимается, когда за него проголосуют все члены экипажа без исключения;

если хотя бы один член экипажа возражает против принятия данного решения, оно не принимается, и группа должна искать иной выход;

решения должны быть приняты в отношении всего перечня предметов и вещей.

Время, которое есть в распоряжении экипажа, неизвестно. Сколько еще будет продолжаться падение? Во многом это зависит от того, как быстро вы будете принимать решение. Если экипаж единогласно проголосует за то, чтобы выбросить какой-то предмет, он считается выброшенным, и это может замедлить падение шара.

И главное - остаться в живых. Если вы не сможете договориться, вы разобьетесь. Помните об этом!

9. Завершение мероприятия.

Игровое упражнение «Пожелания»

Учащиеся сидят в кругу, бросают по очереди друг другу мяч и говорят свои пожелания. Мяч должен побывать у каждого.