

ЭЛЕМЕНТЫ ТРЕНИНГА КОММУНИКАЦИИ НА ЗАНЯТИЯХ В ШКОЛЕ ИСКУССТВ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ СЕМИНАР



Психологический тренинг



активное обучение
посредством приобретения и
осмысливания жизненного
опыта, который моделируется в
межличностном
взаимодействии посредством
игр и осознается в ходе
дискуссий.

ПРИНЦИПЫ ОБЩЕНИЯ

в условиях

психологического тренинга

- **«Здесь и сейчас»** - разговор о том, что происходит в группе в каждый конкретный момент; исключение общих, абстрактных рассуждений.
- **Персонификация высказываний** – отказ от обезличенных суждений типа «обычно считается», «некоторые здесь полагают», и т.п., замена их адресными: «я считаю», « я полагаю».
- **Активность** – включенность в интенсивное межличностное взаимодействие каждого из членов группы, исследовательская позиция участников.
- **Доверительное общение** – искренность, открытое выражение своих чувств.
- **Конфиденциальность** – рекомендация не выносить содержание общения, развивающегося в процессе тренинга, за пределы группы.

- **Соблюдение принципов групповой работы** (активность, доверительное общение, персонификация высказываний...)
- **Применение активных методов групповой работы** (сюжетно-ролевая игра, групповая дискуссия и их производные)
- **Интенсивное межличностное взаимодействие**
- **Сведение к минимуму отвлекающих факторов**
- **Атмосфера раскованности и свободы общения**
- **Наличие более или менее постоянной группы**
- **Нацеленность на психологическую помощь участникам группы**

Общие черты всех психологических тренингов

- **Соблюдение принципов групповой работы** (активность, доверительное общение, персонификация высказываний...)
- **Применение активных методов групповой работы** (сюжетно-ролевая игра, групповая дискуссия и их производные)
- **Интенсивное межличностное взаимодействие**
- **Сведение к минимуму отвлекающих факторов**
- **Атмосфера раскованности и свободы общения**
- **Наличие более или менее постоянной группы**
- **Нацеленность на психологическую помощь участникам группы**

Грецов А.Г.

Преимущества групповой формы (по Грецову АГ)

группа отражает общество в миниатюре

можно осваивать новые умения **среди равных партнеров**

получение поддержки от людей со сходными проблемами

групповой опыт противодействует отчуждению, что помогает решению межличностных проблем

группа облегчает процессы **самораскрытия и самоисследования**

взаимодействие в группе **создает напряжение,** которое может трансформироваться в конструктивную работу

позволяет привлекать сразу много клиентов, и поэтому **более доступна участникам,** чем индивидуальная

ТРЕНЕР НЕ ОБЯЗАН БЫТЬ ПСИХОЛОГОМ ДОСТАТОЧНО ИМЕТЬ СПЕЦ ПОДГОТОВКУ



ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО РЕАЛИЗУЕМЫЕ ЗАДАЧИ

Знакомство, создание положительного эмоционального настроения, снятие напряжения, развитие креативности.

Сплочение группы, согласованность/скоординированность своих действий с действиями окружающих.

Закрепление новых стереотипов поведения с помощью упражнений и обратной связи.

Обучение использованию ресурсов для достижения целей и планирования конкретных шагов на этом пути. Подведение итогов прошедшей сессии.

1. «НАША КОМАНДА»

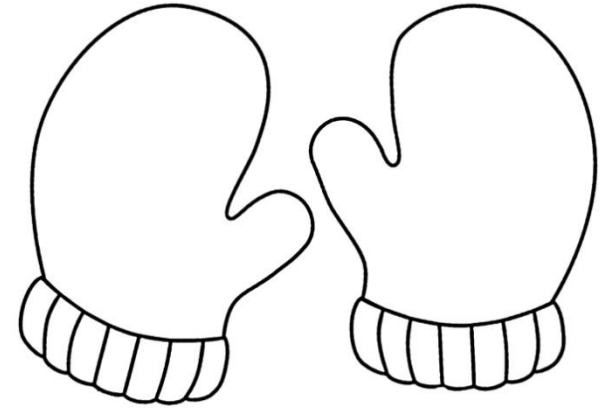
В этот блок мы включили упражнения помогающие познакомиться участников, создать положительный эмоциональный настрой на дальнейшую работу, сформировать представление о занятиях и о правилах, снять напряжение, развить креативность.



2. «ВМЕСТЕ МЫ СИЛА»

Основная задача упражнений второго блока – сплочение команды.

Сплоченность подразумевает, что участники действуют слаженно, координируя свои действия с действиями окружающих.



3 «БЫСТРО И ЛОВКО»

Основная задача
третьего блока –
закрепление
НОВЫХ
стереотипов
поведения с
ПОМОЩЬЮ
упражнений и
обратной связи.

«Катись мячик»

«Контакт ладонями»

«Необитаемый остров»

«Совместное панно»

«Совместное украшение класса»

4. «ДВИЖЕНИЕ К ЦЕЛЯМ»

В этот блок мы включили упражнения на целеполагание, поиск ресурсов для достижения целей и планирование конкретных шагов на этом пути. Кроме того, упражнения для последних занятий с задачами подведения итогов прошедшей сессии в целом, поиска того «сухого остатка», который выносит с него каждый из участников.

