**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №42»**

**Семинар-практикум:**

**«Позитивное общение – что это значит»**

**Подготовили:**

**педагог-психолог: Кузьмичева И.А.**

**учитель-логопед: Тишко Л.Б,**

**Ярославль, 2022г.**

**Введение**

Добрый день уважаемые коллеги! Начать наш семинар-практикум мы бы хотели высказываниями ряда известных людей о сущности общения:

* Единственная известная мне роскошь – это роскошь человеческого общения. (Антуан де Сент-Экзюпери)
* Наслаждаться общением – главный признак дружбы. (Аристотель)
* Всякое общение, которое не возвышает, тянет вниз, и наоборот…(Ф. Ницше)
* Общение облагораживает и возвышает; в обществе человек невольно, без всякого притворства держит себя иначе, чем в одиночестве. (Л. Фейербах)
* Много говорить, и много сказать – не одно и то же. (Софокл)
* Человек жив настолько, насколько он способен общаться. (Л. Рон Хаббард).

**Актуальность**

Человек – существо социальное. В нашей жизни мы повсеместно взаимодействуем с другими людьми дома, на улице, на работе, в магазине просто невозможно не общаться. Таким образом, взаимодействие с другими или коммуникация, является неотъемлемой составляющей нашей жизни.

На сегодняшнем семинаре-практикуме мы хотим подробнее обсудить следующие вопросы:

1. что подразумевается под понятием «общение», из чего состоит «общение» («коммуникация»);
2. какое общение можно назвать эффективным и почему важно знать его правила;
3. познакомить с упражнениями и техниками эффективного общения, посредством которых можно формировать у детей навыки эффективной коммуникации уже с дошкольного возраста.

**Мотивационное упражнение (С его начинается любое взаимодействие между людьми)**

*Игра «Имя»*

Общение с другим человеком или группой (если речь идет о выступлении)мы, обычно, начинаем со знакомства. Предлагаю назвать свое имя и подобрать прилагательное на ту же букву, с которой начинается имя. Это прилагательное должно характеризовать одним словом ваше взаимодействие с другими людьми (например, Ульяна – улыбчивая и т. д.)

Прежде всего, необходимо определиться, что подразумевается под термином  «**общение» или «коммуникация».**

**Коммуникация (общение) -** это форма взаимодействия между людьми, **это** сложный многоуровневый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя восприятие и понимание другого человека, обмен информацией и выработку единой стратегии взаимодействия,.

Если рассматривать общение в глобальном плане, то общение между людьми является одним из главных отличительных признаков человека от других живых существ.

Конечно, общаются между собой и некоторые животные, однако, высокоразвитая форма коммуникации доступна человеку благодаря интеллекту.

Исходя из понятия «общение» мы можем выделить основные составляющие коммуникации:

* Субъекты коммуникации (человек, двое или группа людей).
* Способ коммуникации (речь, письмо, движения и мимика, и даже продукты творчества).
* Цель коммуникации (информативная - передача информации, педагогическая - передача умений и навыков, экспрессивная – выражение субъективных реакций и состояний), зависит от субъектов общения

В зависимости от критерия можно определить разные виды общения и взаимодействия:

* *По стилю*общение может быть деловым, бытовым, интимным;
* *По способу* – вербальным и невербальным;
* *По направленности* – прямым или косвенным;
* *По модальности* – непосредственным или опосредованным;

Но, пожалуй, самым главным критерием общения является его *качество*. В данном случае, можно говорить, что общение бывает эффективным или неэффективным, позитивным или негативным. Несмотря на то, что данные понятия несколько различаются, в рамках нашего семинара характеристики общения «эффективное» и «позитивное» мы будем рассматривать в качестве синонимов.

**Позитивная** коммуникация - это взаимодействие, основанное на положительных эмоциях, направленное на взаимопонимание и приносящая удовлетворение всем участникам.

Общение между людьми — это тоже искусство. Одни умело владеют им, располагая к себе партнера по общению, другие – отталкивают от себя «колючими» словами, эмоциями, действиями (*неконгруэнтность поведения).*

Как в любом искусстве, для достижения высокого результата в общении необходимо соблюдение определенных правил, на которых остановимся чуть позднее, а сейчас рассмотрим **«Что мешает общению быть эффективным?»**

Если вспомнить основные элементы коммуникации, то можно выделить следующие препятствия на пути к эффективному общению:

* отсутствует субъект (субъекты) общения (например, часто мы хотим объяснить что-то кому-то, но не получаем отклика на наше сообщение. Это может быть связано с тем, что нас некому услышать (дети не слушают взрослого, т.к. общаются между собой; кто-то из супругов не слышит другого, т.к. увлечен просмотром ТВ; ребенок не слышит родителя, т.к. хочет играть с друзьями и т.п.).
* выбран неподходящий способ взаимодействия:

- речевой жаргон современного подростка не будет понятен его бабушкам и дедушкам;

- несовпадение ведущих каналов восприятия (человек с преобладающим аудиальным каналом восприятия не всегда уловит суть сообщения в письменной форме);

- не ясность или не совпадение целей общения.

* существуют барьеры в общении (как прямые (расстояние, преграда (например, стена) так и косвенные (нежелание общаться, отсутствие мотивации у одного из партнеров))

**Что поможет общению стать более позитивным и эффективным?**

Существует много факторов конструктивного и результативного взаимодействия. Но в целом, они могут быть сведены к двум большим группам - личностные особенности людей и внешняя среда, в которой происходит контакт и общение. Если на внешние обстоятельства мы не всегда в силе влиять (на погоду, акустические качества аудитории, социально-культурную разницу субъектов взаимодействия и прочее), то постараться научиться основным личностным качествам, способствующим эффективному общению вполне доступно.

Основные из таких личностных качеств представлены ниже:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. Умение слушать   собеседника | Творческая вежливость | Обаяние, симпатия |
| * 1. Естественность,   искренность | Инициатива в создании  доброжелательной атмосферы | Говорить с собеседником на «Его» языке |
| * 1. Умение контролировать свои эмоции, избегание   манипуляции | Ненавязчивость, умение  доверять | Артистизм, хорошее интонирование речи, красочность изложения |
| * 1. Оптимизм, баланс юмора и серьезности | Отсутствие предвзятости | Уверенность в себе |

**1. Визуальный контакт.** Помните, что во время вашего общения с собеседником имеют значение не только ваши слова, но и ваши глаза. Ваш взгляд должен быть прямым и открытым. Бегающий или скучающий взгляд может заставить человека сомневаться в искренности ваших слов. Не нужно прятать от собеседника глаза, иначе у него складывается впечатление, что вы говорите не то, что думаете. Энергичное рукопожатие создает благоприятное впечатление о деловых качествах, а улыбка при встрече — делает более желательным собеседником.

**2. Жесты во время разговора.** Избегайте резких эмоциональных движений руками и головой во время общения. Значимости вашим словам это вряд ли придаст, а вот со стороны вы будете выглядеть несколько нелепо и смешно.

**3. Общение подразумевает под собой диалог.** Помните об этом, давайте высказаться вашему собеседнику. И если вы задаёте вопрос, не забывайте выслушать на него ответ.

**4. Не стоит во время беседы постоянно жаловаться и упрекать всех и вся.** Общение должно нести позитив, приятные эмоции и впечатления.

**5.** В конфликтной ситуации старайтесь сохранять выдержку и не отвечать грубостью на грубость, не повышайте голос, не переходите на крик. Постарайтесь корректно завершить разговор.

**6. Научитесь отказывать корректно.** Поспешное и суровое «нет» может вызвать глубокую обиду. В таких случаях лучше всего внимательно выслушать просьбу, даже если с самого начала очевидна необходимость отказа. Человек, обращающийся с просьбой, нуждается не только в реальной помощи, но и в психологическом участии. Кроме того, знакомясь со всеми обстоятельствами, можно или самому пересмотреть первоначальную позицию, или более глубоко аргументировать отказ.

Если соблюдать эти не сложные рекомендации, вы заметите, как к вам потянутся люди; неразрешимые, казалось бы, вопросы вдруг с лёгкостью разрешатся; вы будете нести позитив окружающим, и в первую очередь изменится ваше отношение к жизни и вы сами.

**Как можно обучиться навыкам эффективного общения?**

Ответ и прост и сложен одновременно – этому можно научиться на практике.

**Практика эффективного общения**

Как мы выяснили, навыки общения стоят в ряду ключевых компетенций и потому важно с дошкольного возраста учить ребенка общению со сверстниками и взрослыми.

Предлагаем Вам некоторые игры, которые развивают у ребенка умения и навыки эффективного общения.

**1 этап. Внимание к другому**

Цель этого этапа – формирование способности видеть сверстника, обращать на него внимание, уподобляться ему. Многие дети настолько сосредоточены на своем Я, что другие дети становятся лишь фоном их собственной жизни.

**Игра –упражнение «Общение без слов»**

Общее правило – запрещение разговоров между детьми. В каждой игре вводится особый язык условных сигналов, которыми участники обмениваются при общении. Сейчас мы в форме деловой игры познакомимся с коммуникативной игрой «Волны». (Данная игра развивают у детей межличностную чувствительность, внимание к партнеру по общению)

**Игра «Радио»**

Дети сидят в кругу. Педагог садится спиной к группе и объявляет:

- Внимание! Внимание! Потерялась девочка (подробно описывает ее).

Дети должны определить, о ком идет речь. В роли «радио» может побывать каждый.

**2 Этап. Согласованность действий**

Задача этого этапа – научить ребенка согласовывать свое поведение с поведением других детей, в результате чего возникает чувство сплоченности  действий, общности.

**Игра «Сиамские близнецы»**

В одной стране жил-был злой волшебник, любимым занятием которого было всех ссорить. Но люди в этой стране были очень дружными. Итогда колдун разозлился и решил их заколдовать. Он соединил каждого человека с его другом так, что они превратились в одно целое. Давайте поиграем в таких заколдованных друзей.

Разделитесь на пары, крепко обнимите друг друга одной рукой. В таком положении необходимо выполнять различные задания: ходить, перешагивать через препятствия, складывать лист бумаги и т. д.

**3 этап. Взаимопомощь в игре**

Этот этап требует от ребенка сопереживания другому, дает возможность помочь и поддержать сверстника.

**Игра «Гномики»**

Для игры понадобятся колокольчики или погремушки. Один должен быть испорчен – не звенеть.

- Когда звенит колокольчик, гномик приобретает волшебную силу. Он может загадать любое желание, и оно исполнится.

Участники игры по кругу загадывают желание. У одного  «гномика» колокольчик не звенит.

- Что же делать? Теперь гномик не сможет загадать желание! Ребята, как помочь гномику?

Дети предлагают варианты выхода из создавшейся ситуации.

**4 этап. Добрые слова и пожелания**

Игры этого этапа направлены на словесное выражение своего отношения к другому человеку. Задача данного этапа – научить детей видеть и подчеркивать качества и достоинства других. Делая сверстнику комплименты, говоря ему свои пожелания, дети не только доставляют ему удовольствие, но и радуются вместе с ним.

**Игра «Волшебные очки»**

У меня есть волшебные очки, в которые можно рассмотреть только хорошее, что есть в человеке, даже то, что человек иногда прячет от всех.

Подходя к участнику игры, психолог называет какое-либо его достоинство.

А теперь пусть каждый из вас примерит волшебные очки и назовет достоинства своих товарищей. Называйте как можно больше положительных качеств, даже те, которые раньше не замечали.

**5 этап. Помощь в совместной деятельности**

Игры данного этапа предполагают различные формы просоциального поведения: дети должны делиться со сверстниками, помогать им в процессе совместной деятельности, когда между ними  уже установлены доброжелательные и неконфликтные отношения.

**Игра «Закончи рисунок»**

У каждого участника игры  – набор карандашей и листок бумаги.

Сейчас каждый из вас начнет рисовать свою картинку. По моему сигналу вы тут же прервете работу и передадите листок соседу слева. Так будет продолжаться до тех пор, пока тот рисунок, который вы начали рисовать, не вернется  к вам.

В конце игры обсуждается, что хотели  нарисовать участники, и что получилось в результате совместной деятельности.

**Подведение итогов семинара**

Общение пронизывает всю нашу жизнь, это такая же человеческая потребность, как вода и пища. Надеюсь, что практический материал семинара  поможет вам легче строить отношения друг с другом, понимать один другого, преодолевать возникающие затруднения в общении и научить этому ваших воспитанников.