

Тренинг общения «Ты мой друг и я твой друг».



Подготовила педагог- психолог Киндина Н.М.

Актуальность.

Дошкольный возраст характерен тем, что дети на каждом этапе своего становления и взросления учатся контактировать и общаться друг с другом, с педагогами. Зачастую в связи с возрастными особенностями и возрастными кризисами у детей возникают проблемы и конфликты в общении друг с другом.

В зависимости от возраста детей упражнения в тренинге можно сокращать или использовать как отдельное игровое упражнение.

Цель: развитие бережного отношения к людям, умения учитывать интересы других.

Задачи:

Образовательные:

1. Обучать умению слушать и слышать другого.
2. Побуждать к осмыслению своих поступков и поступков другого.
3. Учить гибко использовать мимику, пантомимику и голос в общении.
4. Развивать способность делиться своими переживаниями.

Развивающие:

1. Развивать самоконтроль и саморегуляцию в отношении своего эмоционального состояния.
2. Развивать интерес детей в изучении самих себя.

3. Развивать навыки общения и адекватной оценочной деятельности.
4. Развивать навыки релаксации.

Воспитательные:

1. Способствовать развитию эмоциональной сферы ребёнка.
2. Поощрять открытое проявление эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими и т.д.)
3. Воспитывать желание и умение сотрудничать, учитывать и уважать интересы других, умение находить общие решения в конфликтных ситуациях.
4. Развивать эмпатию, воспитывать желание и готовность помогать другим людям.
5. Способствовать полноценному развитию личности ребёнка через самовыражение и творчества.
6. Развитие чувства МЫ, нравственности, доброжелательного отношения друг к другу.

Ход занятия

1. Вступление «Давайте поздороваемся».

Цель: создать психологически комфортную атмосферу.

Упражнение проводится в кругу. Каждый участник здоровается и называет себя по имени.

2. Игра «Художник слова».

Цель: развитие способности описывать наблюдаемое, умения выделять существенные для описания детали; использование приемлемых, необходимых слов, расширение активного и пассивного словаря.

Каждый ребёнок по очереди задумывает кого-то из группы и начинает рисовать его словесный портрет, не называя конкретно имени этого человека. Учитывая уровень развития детей, можно предложить им на ассоциативное восприятие (На какое животное похож? На какой цветок? и т.д.).

3. Игра «Подарок».

Цель: развитие у детей чувствования друг друга, понимания настроения другого; развитие эмпатии.

Ведущий даёт задание каждому сделать своему соседу справа подарок, но не какой-то конкретный подарок, а выдуманный: «Что вы хотели бы подарить именно этому человеку?». Подарок можно описать словами или показать жестами.

4. Игра «Вежливые слова».

Цель: развитие уважения в общении, привычки пользоваться вежливыми словами.

Игра проводится с мячом в кругу. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова. Затем упражнение усложняется: надо называть только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет), благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста), извинения (извините, простите, жаль), прощания (до свидания, до встречи, спокойной ночи).

5. Подвижная игра «Ручеёк».

Цель: развитие чувства коллектива, снятие эмоционального и физического напряжения, обучение согласованности своих движений с окружающими.

Дети встают друг за другом, кладут руки на пояс впереди стоящему и таким «паровозиком» начинают движение. На пути им встречаются различные препятствия: необходимо перешагнуть через коробки, пройти по импровизированному мосту, обогнуть большие валуны, проползти под стулом и т.д.

6. Ролевая игра «Любимая игрушка».

Цель: ролевое проигрывание ситуаций, отработка навыков эффективного взаимодействия, эмпатии, умения сотрудничать.

Упражнение выполняется в парах. Один ребёнок из пары – обладатель красивой и очень любимой им игрушки. Другой ребёнок очень хочет поиграть с этой игрушкой. Его задача – уговорить хозяина игрушки дать поиграть с ней. Важно: при выполнении этого упражнения ребёнку (хозяину игрушки) в руки даётся любая игрушка, которую он должен представить как свою самую любимую.

Как только хозяин игрушки отдаёт её просящему ребёнку, упражнение прерывается и у ребёнка спрашивают, почему он отдал игрушку.

7. Рисование «Доброе животное».

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Детям даётся задание: «Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем»

Рисование проводится под тихую, спокойную музыку, красками или яркими мелками, фломастерами на альбомных листах. Затем устраивается выставка рисунков, проводится их обсуждение (Что говорит о том, что это животное доброе? и т.д.).

8. «Прощание».

Цель: сохранение позитивной установки.

Детям предлагается встать в круг и, положив руки на плечи друг другу, покачаться из стороны в сторону.