

Игровой практикум по развитию коммуникации «Мир общения»

Я всех приветствую!

Мне хотелось бы начать с фразы одного очень известного французского писателя Антуана де Сент Экзюпери «Единственная настоящая роскошь – это роскошь человеческого общения». 1

Так как человек социальное существо, живущее среди людей, то потребность в общении переходящая в потребность в понимании и одобрении является одной из базовых потребностей. 2,3

Потребность человека в общении обусловлено общественным способом его бытия и необходимостью взаимодействия в процессе деятельности. 4

Общение — это источник душевной и психологической удовлетворенности в состоянии радости 5 и счастья, 6 радость материнства, радость дружеского, 7 творческого, любовного 8 общения, радость общения с 10 природой и 11 искусством.

Но при всем этом общение - это источник отрицательных 11 эмоций, личной драмы. 12

Без этого бы не было ни драматических жанров 13 в литературе, театре и в 14 искусстве вообще.

Именно поэтому человек на протяжении всей своей жизни 15 ищет друзей и единомышленников, создает с другими людьми общество в обществе, общество людей которое понимает друг друга, ведь понимание — это высшая добродетель в человеке. 16 На нем держится мир вся природа мира.

Ребята, а как вы думаете, что такое общение?

Все правильно! Сегодня мы с вами узнаем, как общение помогает нам решать жизненные трудности, организовывать работу с другими людьми, как общаться нетрадиционным для нас образом.

Но для начала давайте познакомимся! У вас у каждого на спине приклеен лист бумаги и есть фломастер?

Ваша задача сейчас, пока играет музыка, двигаться по периметру зала и знакомиться с волонтерами нашего района. При знакомстве на вашем листке должны появляться имена тех, с кем вы познакомились, т.е. новые знакомые пишут своё имя на листке своего друг у друга.

Приятного знакомства! Общаемся пока звучит музыка!

Вот мы и познакомились! Листочки с именами можно сохранить и продолжить общение!

Настало время работы на игровых коммуникативных площадках.

Во время регистрации каждый участник получил цветной стикер. Я прошу разойтись всех по цвету и сформировать команды.

В здании МКДЦ расположены 5 игровых площадок. Каждая команда проходит все площадки, набирается опыта, делится впечатлениями и возвращается в зал.

На работу на каждой площадке вам дается 10 минут. Будет дан звуковой сигнал, когда необходимо завершить работу на станции и перейти к следующей.

Как вам поигралось на площадках?

Замечательно! А теперь поиграем все вместе! Вы прошли 5 сложных испытаний в преодолении барьеров в общении, вы сплотились, познакомились, а как это у вас получилось мы сейчас узнаем.

1 задание для команд.

«Зефирный поединок». Задача команды собрать за 18 минут максимально высокую башню из 20 соломинок спагетти, одного метра скотча и одного метра веревки. Башня должна выдержать стандартную зефиринку маршмелоу.

2 задание для команд.

Упражнение – разминка «Карандаши»

Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, закрытых колпачками, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников

пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад.

карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания:

1. Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.
2. Вытянуть руки вперед, отвести назад.
3. Сделать шаг вперед, два шага назад, шаг вперед (сужение и расширение круга).
4. Наклониться вперед, назад, выпрямиться.

5. Присесть, встать. В дальнейшем можно усложнить и разнообразить упражнение: ♦ сочетать одновременно два движения (например, шагнуть вперед – поднять руки); ♦ использовать не указательные, а безымянные пальцы или мизинцы; ♦ держать руки не в стороны, а скрестить их перед грудью; ♦ выполнять упражнение с закрытыми глазами.

Если упражнение выполняется под медленную музыку, то в кругу можно устроить настоящий танец.

Спасибо всем большое за ваше время, за доверие, за улыбки!

Живи так, чтобы люди, столкнувшись с тобой, улыбнулись, а, общаясь с тобой, стали чуточку счастливей.

1	2	3	4	5
2	3	4	5	1
3	4	5	1	2
4	5	1	2	3
5	1	2	3	4
1	2	3	4	5

Игры на площадках

1. Упражнение «Слон ныряет»

Цель

Упражнение является разминочным, но может служить и хорошим вызовом к теме невербальной коммуникации.

Время

20 минут

Размер группы

10-20 участников

Ресурсы

Бумага и ручки

Инструкция

Разделите группу на две равные команды.

Сейчас я командам раздам по листу бумаги и ручку. Задача каждой команды придумать и написать на листе название животного выполняющего какое-либо действие. Например, «слон едет на велосипеде» или «обезьяна чистит зубы».

2 минуты на придумывание.

Записали? Хорошо. Давайте мне листочки. И прошу каждую команду выстроиться в линию, лицом к затылку своего коллеги. Смотреть нужно вперед и оборачиваться по одному, когда вас позовет ваш коллега по команде.

Последним участникам в линии, ведущий показывает фразу придуманную другой командой.

Ваша задача, передать как можно точнее и без помощи слов увиденную фразу. Передать ее нужно человеку который стоит перед вами. Тот передаст ее следующему и т.д. по цепочке.

Когда все закончится, попросите последних отыгравших угадать загаданную фразу. Если не удалось, пусть команда поможет.

Дебрифинг

- Насколько эффективным было ваше общение?
- Что помогало вам эффективно общаться?
- Легко ли общаться невербально?
- Насколько содержательным является язык невербальной коммуникации?

Источник:

2. Упражнение “14 зубочисток”

Цель

Упражнение показывает особенности и опасности односторонней коммуникации. С помощью этого упражнения также можно тренировать точность инструкции. Упражнение аналогично упражнению [«В одну сторону»](#).

Время

10-15 минут

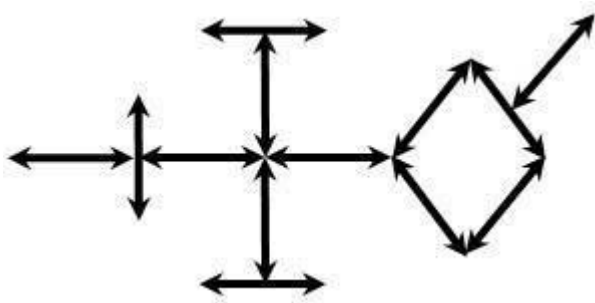
Размер группы

6-14 человек

Ресурсы и подготовка

14 зубочисток на каждого участника тренинга.

Один рисунок «проекта».



Инструкция

Мне нужен доброволец на роль коммуникатора.

Выходит доброволец. Дайте ему лист с рисунком.

Каждый, возьмите по 14 зубочисток. Сядьте так, чтобы вы могли собрать блок-схему из этих зубочисток, следуя инструкциям нашего добровольца.

В этом упражнении упражнении есть ряд правил которым все должны следовать.

1. Схему видит только доброволец.
2. Его инструкции по сборке могут быть только словесными.
3. Инструкции не могут быть повторены.
4. Сборщики не могут задавать никому, никаких вопросов.
5. На сборку блок-схемы ровно 3 минуты. Начинаем.

Когда пройдет 3 минуты, остановите инструкции.

Дебрифинг

- Сравните то, что у вас получилось, с другими работами. Они разные? Почему?
- Теперь, сверьте ваши блок-схемы с тем, что должно было получиться. У кого получилась самая точная блок-схема? Как это удалось?
- Что понравилось в манере донесения информации нашего коммуникатора?
- Какие были недочеты в его работе?
- На что нужно обращать внимание при односторонней коммуникации?
- Знаю ли вы людей, которые склонны к такого рода коммуникации?
- Как бы вы оценили самого себя в этом отношении?
- В чем преимущество двусторонней коммуникации?

Источник: <http://www.leadershipchallenge.com>

3. Упражнение «Веревка лидера»

Цель

Предоставлять участникам возможность испытать и наблюдать появление лидерства в пределах группы.

Обсудить появления лидерства.

Размер группы

5-25 человек

Время

40 минут

Ресурсы и подготовка

Веревка 4 м. на группу из 5 человек.

Инструкция

Разделите участников на подгруппы по 5-7 человек. Каждой дайте веревку.

Коллеги, предстоящее упражнение может показаться вам простым и незамысловатым. Но поверьте мне, что в итоге оно нам даст прекрасную пищу для размышлений. Итак,

ваша задача, используя веревку сформировать максимально правильный круг на полу. На это у вас есть ровно 2 минуты. Приступайте.

После того, как круги были сделаны, попросите подгруппы сделать квадрат, затем треугольник, трапецию, и восьмиугольник.

Все фигуры сделаны, вы хорошо постарались. Теперь я прошу вас на счет 3, указать на лидера вашей подгруппы. Готовы? 1, 2, 3. Спасибо.

Дебрифинг

- Как лидерство эволюционировало в вашей группе?
- Как другие члены подгруппы отнеслись к лидерству?
- Происходили ли конфликты в каких-ни будь группах? Почему?
- Как то, что мы видели сейчас и здесь, можно сравнить с тем, что происходит в вашей повседневной работе?

4. Упражнение «Индеец Джо»

Цель

Продemonстрировать методы психологического воздействия на людей, развитие навыков аргументации

Время

15-25 минут

Размер группы

6-14 человек

Ресурсы и подготовка

Не требуется

Инструкция

Вам предлагается математическая задача, в которой есть некоторые логические сложности: «Индеец Джо купил лошадь за \$6, на следующий день продал ее за \$7. Занял один доллар у соседа и купил лошадь за \$8, после чего продал ее за \$9. Вопрос: каков доход индейца Джо?»

Каждый участник самостоятельно пытается решить задачу. По истечении 3 минут ведущий предлагает участникам вслух сообщить свой ответ и степень уверенности в ответе, выраженную в процентах. Например: «Мой ответ — один доллар, и я уверен в этом на сто процентов, или: «Мой ответ три доллара, но я уверен в этом только на пятьдесят процентов».

Попробуйте доказать всей группе свое решение методом положительных ответов Сократа. Ход решения проблемы или задачи прослеживается минимальными шагами, которые формулируются как вопрос. Например, «Согласны ли вы с тем, что по условию задачи у индейца Джо начальный капитал составлял шесть долларов?». Задача доказывающего не просто изложить ход своих рассуждений, а на каждом шаге достичь понимания и согласия партнеров. Соглашаясь с каждым шагом

доказательства, оппоненты постепенно приходят вместе с доказывающим к тем же выводам.

Каждый новый шаг он должен начинать словами: «Согласны ли вы с тем, что...». Если кто-то из членов группы окажется не согласен, доказывающий должен изменить величину своего логического шага, вернувшись несколько назад, но не спорить и не критиковать несогласного.

Кто хочет выступить первым?

Пример

- Согласны ли вы с тем, что индеец Джо вложил шесть долларов, а в конечном итоге получил девять долларов?
- Нет, не согласен. Один доллар ему пришлось отдать, потому что он его занимал. И вообще я не понимаю...
- Простите, что я не совсем удачно сформулировал вопрос. Согласны ли вы рассмотреть каждую отдельную операцию индейца Джо?
- Согласен.
- Согласны ли вы с тем, что в первой операции он истратил шесть долларов?
- Согласен (и т. п.).

В процессе доказательства у некоторых участников могут изменяться ответы. Эти изменения фиксируются ведущим.

Дебрифинг

- Как чувствуют себя те, кто выступал с доказательством своего решения?
- Какие чувства у остальных участников?
- Как в целом группа оценивает полезность и применимость данного инструмента?
- Какие выводы вы сделали из этого упражнения?

Итоги упражнения

Как правило, сразу ни одному из участников не удастся доказать свою точку зрения всем членам группы. Часто остаются несогласные с чужим ответом, даже если в процессе доказательства у них не было возражений.

Это упражнение очень хорошо демонстрирует все плюсы и минусы данного метода аргументации: те участники, у кого не было своего решения, испытывают облегчение, получив его, те же, у кого было подготовлено собственное решение, остаются неудовлетворенными, так как они так и не поняли, в чем ошибка их решения.

5. Упражнение «Принцесса, дракон и самурай»

Цель

Правильно проведенное упражнение очень сильно взбодрит и развеселит участников.

Время

10-15 минут

Размер группы

8-20 человек

Ресурсы и подготовка

Не требуется

Инструкция

Давайте разделимся на две, равные по количеству участников команды. Я предлагаю вам сыграть в игру «Принцесса и самурай». Эта игра похожа на детскую игрушку «Камень-Ножницы-Бумага». Помните такую игру? Ок. Только эта игра командная. Это означает, что у участников команд будет время, чтобы договориться какую фигуру они будут показывать. После того как вы договоритесь, команды выстраиваются в две шеренги друг против друга и по моей команде, вы одновременно, показываете выбранные фигуры. Фигур у нас будет три: принцесса, самурай и дракон. Принцесса побеждает Самурая, Самурай дракона, Дракон Принцессу. Как показывать фигуры?

Самурай. Как будем его показывать? Обычный образ самурая это меч, он агрессивен и кричит «банзай». Давайте попробуем показать самурая: у каждого в руке меч, шаг вперед, бьем мечом и кричим «банзай»! На счет три-четыре!

Дракон. Как дракона покажем? Он большой и страшный, а еще у него изо рта пламя бьет. Давайте попробуем по моей команде показать дракона: шаг вперед, руки-когти и рычим — р-р-rrrr.

Принцесса. «Ну, принцесса у нас будет «тепленькая». Попробуем: девочка-припевочка, в руках подол, ногами как в варьете и поет «ля-ля-ля».

Разобрались с фигурами, теперь у каждой команды есть 30 секунд, чтобы обсудить свой первый ход, т.е. то, какую фигуру вы будете показывать. Постарайтесь обсуждать так, чтобы вас не услышала другая команда.

Игра будет играть до трех побед.

6. Упражнение «Побег»

Цель

Отрабатываются навыки двусторонней коммуникации.

Время

10-20 минут

Размер группы

6-14 человек

Ресурсы

Схема лабиринта средней сложности.

Инструкция

Разбейтесь на пары. В каждой паре одному из вас отводится роль «заключенного», а другому — роль «освободителя». Определитесь, кто из вас кто. У «заключенного» имеется план «тюремной стены». Точно такой же план есть и у «освободителя». Кроме того, каждый вооружен воображаемой киркой. Вам обоим нужно независимо друг от друга выбрать в стене одно и то же место для выдалбливания лаза, так как каждый из находящихся по разные стороны «тюремной стены» может продолбить за ночь только ее половину. Сядьте спиной друг к другу и начните согласование побега. Ваша задача, выбрать одно и то же место в стене и отметить его на карте.

Дебрифинг

- Как вы себя чувствуете?
- У кого получилось выполнить это упражнение?
- Что вам помогало?
- Что мешало?
- Если экстраполировать это упражнение на жизнь, какие выводы вы сделаете?

7. Упражнение «Испорченный телевизор»

Цель

Цель упражнения — совершенствование навыков межличностного восприятия. Упражнение обычно проходит очень весело, служит неплохой «эмоциональной разминкой».

Время

10-15 минут

Размер группы

6-14 человек

Ресурсы и подготовка

Не требуется

Ход упражнения

Участники сидят в кругу. Доброволец, желающий начать игру, изображает на лице какое-либо необычное выражение и показывает его только своему ближайшему соседу, прикрывшись от остальных участников. Сосед передает увиденное выражение дальше и т. д., пока оно не пройдет полный круг. Участник, находящийся непосредственно перед начавшим игру, показывает то, что до него дошло, уже всему кругу. После этого начавший игру демонстрирует всему кругу то выражение лица, с которого игра началась. При повторении упражнения целесообразно передавать выражение лица по кругу в другую сторону. Следует приготовить какой-либо предмет, которым участники смогут отгораживаться от круга при передаче выражения. Для этой цели хорошо подойдет настенная таблица или лист бумаги формата не меньше А3.

Обсуждение

- Выражения лица, которые вы передавали друг другу, несли какую-либо информацию. Как вы думаете, какую именно?
- А под действием каких факторов эта информация так сильно исказилась?

- Какие выводы на будущее вы сделали?