**СПІЛКУВАННЯ. РОЗВИТОК КОМУНІКАТИВНИХ НАВИЧОК**

***(індивідуальний творчий проект)***

**Автор – Мендришора Лана Михайлівна,**

**практичний психолог**

**Берегометської ЗОШ І-ІІІ ст. №4**

 **Вижницького району**

 **Чернівецької області**

**ЗМІСТ**

ВСТУП ............................................................................................................ 3

Розділ 1 Спілкування як феномен соціальної психології

1.1. Особистість у контексті спілкування...................................................4

1.2. Основні характеристики спілкування......................................................6

Розділ 2. Заняття для покращення комунікативних навичок “ Чим краще ми знаєм один одного, тим ефективніша наша співпраця”................................10

ВИСНОВКИ .......................................…...……….......................................…17 ЛІТЕРАТУРА ...................................................................................................18

**ВСТУП**

 Кожна людина має потребу у спілкуванні, налагодженні соціальних контактів. Постає вона як необхідність у нових враженнях, почуттях, знаннях, у бажанні поділитися з кимось своїми переживаннями й думками, обмінятися певною інформацією, налагодити стосунки.

 Нині зростає роль морально-психологічного чинника в спілкуванні, оскільки моральність у контексті спілкування є виміром, який визначає поведінку людини, її ставлення до співрозмовника, манеру говорити, включає в себе її внутрішню потребу до здійснення моральних дій та вчинків. Компоненти морального здоров'я особистості (моральні переконання, якості, моральні звички, здібності, дії) виконують вищу регулюючу функцію у процесі формування навичок спілкування. Високий рівень моральної культури спілкування надає людині можливості не тільки свідомо та систематично долати негативні риси свого характеру, а й гуманізовувати стосунки з іншими.

 Спілкування є невід'ємним аспектом існування людини, важливою передумовою формування її як соціальної істоти, взаємодії з різноманітними спільнотами, а також необхідною умовою існування суспільства. У процесі спілкування відбувається інтелектуальна та емоційно-чуттєва взаємодія індивідів, досягається єдність і злагодженість їх дій, що зумовлює формування спільних настроїв і поглядів, взаєморозуміння, згуртованості й солідарності. Вони необхідні в колективній діяльності, оскільки становлять культурно-комунікативну основу соціального життя суспільства.

Метою роботи є знаходження шляхів покращення комунікативних навичок. Для цього потрібно вирішити ряд завдань:

* дослідити феномен спілкування;
* знайти основні характеристики спілкування;
* підібрати тренінгові вправи для покращення навичок ефективного спілкування.

**Розділ 1**

**Сілкування як феномен соціальної психології**

* 1. **Особистість у контексті спілкування**

 Феномен спілкування виявляється в численних взаємозв'язках людей, в обміні діяльністю, інформацією, досвідом, уміннями й навичками, результатами праці тощо. Спілкування є й одним із виявів людської сутності, особистісною формою існування й функціонування суспільних відносин. Воно відображає об'єктивну потребу людей жити в соціумі, об'єднуватись і працювати один з одним. Спільна діяльність не може відбуватися без координації дій, узгодження цілей, обміну думками, формування внутрішнього світу людини, її свідомості, почуттів, знань. А це можливо лише завдяки спілкуванню.

 Спілкування охоплює різноманітні взаємозв'язки, міжособистісні взаємини, здійснюється у різних формах і за допомогою різних засобів, які, будучи невід'ємним чинником культури, постійно вдосконалюються, збагачуються.

 Спілкування — увесь спектр зв'язків і взаємодій людей у процесі духовного і матеріального виробництва, спосіб формування, розвитку, реалізації та регуляції соціальних відносин і психологічних особливостей окремої людини, що здійснюється через безпосередні чи опосередковані контакти, в які вступають особистості та групи.

 Звужене тлумачення цього поняття пов'язане з міжособистісними стосунками людини.

 Міжособистісне спілкування — процес предметної та інформаційної взаємодії між людьми, в якому формуються, конкретизуються, уточнюються і реалізуються їх міжособистісні відносини (взаємовплив, сприйняття одне одного тощо) та виявляються психологічні особливості комунікативного потенціалу кожного індивіда. Міжособистісне спілкування є взаємодією людей, в якій кожен учасник реалізує певні цілі, водночас пізнаючи і змінюючи себе й співрозмовника.

 Спілкування в соціальній психології трактується як особливий вид діяльності; специфічна соціальна форма інформаційного зв'язку; форма взаємодії суб'єктів; самостійна і не зведена до діяльності категорія; процес міжособистісної взаємодії; обмін думками, почуттями і переживаннями; суттєвий аспект людської діяльності; реальність людських взаємин, що передбачає будь-які форми спільної діяльності людей; універсальна реальність буття людини, яка породжується і підтримується різними формами людських відносин. Діяльність людини, її спілкування з іншими взаємопов'язані й відокремлено існувати не можуть. Будь-який різновид, форма людської діяльності (гра, керівництво, виховання) реалізуються через спілкування, а спілкування — через них. Навіть спілкування з собою відбувається так, що людина подумки продовжує розмову з партнером.

 Особистість у контексті спілкування реалізується на таких рівнях:

 1. Спілкування — взаємовплив. Становлення та розвиток особистості за таких умов є результатом психологічного впливу одного суб'єкта на іншого у процесі взаємодії, діалогу.

 2. Спілкування — діяльність. Йдеться про включення соціально-психологічного досвіду в практику спілкування, реалізацію діяльнісної сутності спілкування, в якому особистість є його учасником, унікальною і неповторною індивідуальністю, суб'єктом діяльності.

 3. Спілкування — обмін інформацією. Становлення особистості відбувається у процесі реалізації її комунікативних здібностей, якостей, умінь, комунікативної програми поведінки.

 4. Спілкування — сприймання людьми одне одного. На цьому рівні реалізуються перцептивно-рефлексивні, емоційно-емпатійні можливості особистості, виникає взаєморозуміння/непорозуміння між учасниками.

 5. Спілкування — міжособистісні відносини. Йдеться про розвиток статусно-рольових та статево-рольових характеристик індивіда, прояв соціально-психологічних стереотипів його поведінки, складових певного соціально-психологічного типу.

**1.2. Основні характеристики спілкування**

 До основних характеристик спілкування належать структура, функції, види, стратегії, тактики, стилі, засоби і форми.

 ***Структура.*** Всебічне пізнання суті спілкування як одного з найважливіших феноменів людського буття потребує з'ясування особливостей його структури.

 Структура (лат. structure — розташування, порядок) спілкування — порядок стійких зв'язків між його елементами, котрі забезпечують цілісність цього феномену,тотожність самому собі у процесі зовнішніх,внутрішніх змін.

 Психологія тлумачить структуру спілкування через виокремлення рівнів, через аналіз його структурних елементів у ситуаціях безпосередньої взаємодії або через перелічення його основних функцій. Б. Ломов у своїй класифікації виокремив:

— макрорівень.Спілкування як складна система взаємозв'язків індивіда з іншими людьми і соціальними групами, важливий аспект способу життя;

— мезорівень. Спілкування як сукупність цілеспрямованих логічно завершених контактів/ситуацій взаємодії людей у конкретний період життя;

— мікрорівень. Спілкування як взаємодія поведінкових актів.

 Структуру спілкування розглядають і як взаємозв'язок змістового та формального аспектів, тобто як комунікацію та взаємодію, що мають відповідні зміст і форму. Моделювання структури спілкування як процесу побудоване на особливостях його відносно автономних компонентів — таких, як мета, зміст, засоби спілкування; учасники процесу, тип зв'язку між ними; мотиви, потреби, ціннісні орієнтації учасників спілкування; комунікативний потенціал суб'єктів спілкування; види і форми, стилі, стратегії, тактики, результат спілкування.

 ***Функції спілкування.*** Функціональні можливості спілкування реалізуються на різних рівнях, залежать від особливостей соціально-психологічного середовища, соціальної ситуації, змісту і мети взаємодії.

 Функції (лат. functio — виконання, здійснення) спілкування — зовнішній вияв властивостей спілкування, ролі і завдання, які воно виконує у процесі життєдіяльності індивіда в соціумі.

 Більшість класифікацій функцій спілкування пов'язана з обміном інформацією, взаємодією та сприйняттям людьми одне одного. На думку Б. Ломова, існують такі функції спілкування:

— інформаційно-комунікативна (обмін інформацією). Охоплює процеси формування, передавання та прийому інформації;

— регуляційно-комунікативна (регуляція поведінки, спільної діяльності у процесі взаємодії). Завдяки спілкуванню людина регулює не тільки власну поведінку, а й поведінку інших людей і реагує на їхні дії;

— афективно-комунікативна (регуляція емоційної сфери людини). Вона характеризує емоційну сферу людини, в якій виявляється її ставлення до навколишнього середовища, в тому числі й соціального.

 З огляду на мету спілкування розрізняють функції, які реалізуються в будь-якому процесі взаємодії і забезпечують досягнення у ньому певних цілей (Л. Карпенко): контактна; інформаційна; спонукальна; координаційна;

 розуміння; амотивна; встановлення відносин; здійснення впливу.

 ***Види спілкування*.** Під час реалізації функцій спілкування виникає багато його видів, які класифікують за різними ознаками.

 1. За результативністю спільної взаємодії та досягнутим ефектом (необхідне, бажане, нейтральне, небажане).

 2. За безпосередністю контактів розрізняють міжособистісне та масове спілкування.

 3. За типом зв'язків між учасниками взаємодії виокремлюють монологічне і діалогічне спілкування.

 4. За тривалістю взаємодії розрізняють довготривале і короткочасне спілкування.

 До особливої категорії належить конфліктне спілкування, яке характеризується зіткненням різних поглядів, інтересів і дій людей та груп. Під час конфлікту змінюється система відносин і цінностей, люди по-іншому починають сприймати реальність, вдаватись до не властивих їм дій. Щоб управляти конфліктною ситуацією, необхідно знати психологічний механізм конфліктів, враховувати, що у взаємодії завжди є джерела і причини для їх виникнення.

 Однак не кожна суперечність переростає у конфлікт. Часто люди, маючи різні погляди, судження про певну проблему, продовжують злагоджено працювати. Позитивна роль конфліктного спілкування може полягати і в зростанні самосвідомості його учасників. Такими наслідками завершуються, як правило, соціально значущі конфлікти. Часто саме конфлікт формує та утверджує цінності, об'єднує однодумців, є ефективним засобом безпечного і навіть конструктивного вивільнення емоцій.

 *Стилі спілкування.* Індивідуальність людини у взаємодії з іншими реалізується і через стиль спілкування.

 Стиль спілкування — система принципів, норм, методів, прийомів діяльності і поведінки індивіда.

 Найяскравіше стиль спілкування виявляється у діловій та професійній сферах, у взаєминах ділових партнерів, керівника і підлеглого. Тому проблема стилю найглибше досліджена у сфері лідерства — керівництва. У цьому контексті виокремлюють три стилі: авторитарний (директивні способи управління, зовнішній контроль за стратегією діяльності групи, придушення ініціативи, одноосібне прийняття рішення); демократичний (колегіальність, заохочення ініціативи); ліберальний (усунення від керівництва). Відповідно до стилів лідерства керівництва виявляються і стилі спілкування.

 *Засоби спілкування.* Людина спілкується за допомогою знакових систем. Тільки вона здатна виражати й закріплювати в словах і жестах зміст своїх почуттів і думок, називати ними різноманітні предмети та явища, створюючи певний комунікативний простір, в якому об'єднуються, співіснують її внутрішній світ і світ зовнішній, об'єктивний. У своєму спілкуванні людина використовує вербальні (словесні) і невербальні засоби.

 Вербальне спілкування здійснюють, послуговуючись усною і писемною мовою. Природна мова може бути розмовною або літературною. Важливим засобом спілкування є і так звані штучні мови: азбука Морзе, мова глухонімих, шифри та ін. До штучних мов належать також комп'ютерні мови, завдяки яким відбувається спілкування людини з комп'ютером та у мережі Internet.

До невербальних засобів спілкування належить система знаків, які відрізняються від мовних способами та формою їх виявлення. У процесі взаємодії вербальні й невербальні засоби можуть підсилювати або послаблювати дію один одного. Мова невербального спілкування є мовою не лише жестів, а й почуттів.

 Невербальне (лат. verbalis, від verbum — слово) спілкування — вид спілкування, для якого характерне використання невербальної поведінки і невербальних комунікацій як головного засобу передавання інформації, організації взаємодії, формування образу, думки про партнера, здійснення впливу на іншу людину.

 *Форми спілкування*. За своєю суттю форма спілкування як соціально-психологічний феномен є способом його організації, внутрішньою структурою, пов'язаними з безпосереднім змістом спілкування. Класифікують форми спілкування за різними ознаками. З урахуванням організаційного аспекту взаємодії виокремлюють такі його форми, як бесіда, розмова по телефону, переговори, збори та ін.

 Бесіда – це найпоширеніша форма спілкування, яка здійснюється з метою передавання інформації, обміну думками, почуттями тощо. З огляду на мету спілкування розрізняють такі види бесіди: ритуальна, особистісна, ділова.

**Розділ 2. Заняття для покращення комунікативних навичок**

***“*** ***Чим краще ми знаєм один одного,***

***тим ефективніша наша співпраця”***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Зміст** | **Час** |
| 1 | **Вступ. Оголошення теми і мети тренінгового заняття.**  | 3 хв. |
| 2 | **Вправа на знайомство “«Унікальність кожного».** **Мета:** усвідомлення різноманітності, унікальності і неповторності людей.  | 5 хв. |
| 3 | **Правила роботи в т-групі**Оголошуються та приймаються правила | 2 хв. |
| 4 | **Очікування від тренінгу. Вправа: “Квіткове поле”****Мета:** навчити учасників визначати власні очікування і мету заняття. | 5 хв. |
| 5 | **Вправа “Числа у моєму житті ”*****Мета:*** Краще пізнати один одного. | 10 хв. |
| 6 | **Інформаційне повідомлення.** Згуртованість колективу.***Мета:*** пояснення терміну “згуртованість”; актуальність даного заняття.  | 5 хв. |
| 7 | **Вправа-руханка “Хто народився у травні…”** **Мета:** зняття м’язового напруження | 10хв. |
| 8 | **Вправа “*Малюнок на спині»* *Мета:*** Розвиток комунікативних навичок, відповідальності, згуртованості всередині команди. Усвідомити, наскільки важливо налаштуватися на розуміння іншої людини, а також саме бажання зрозуміти іншого. Розвиток навичок невербального спілкування | 15 хв. |
| 9 | **Вправа “ Місіс Мамбл”** ***Мета:*** : активізувати учасників, підняти настрій; вправа спрямована на розслабитися і посміятися.  | 5 хв. |
| 10 | **Вправа “Цікава історія”** **Мета:** Розвиток комунікативних навичок, згуртованості; усвідомлення важливості якостей для ефективної роботи. | 20 хв. |
| 11 | **Релаксаційна вправа “Квітка Доброти”** ***Мета:*** можливість відпочити, розслабитися, відчути себе добрими, щасливими, розвивати уяву. | 5 хв. |
| 12 | **Підведення підсумків. Рефлексія заняття. Прощання****Вправа «Віночок».****Мета:** навчити учасників робити висновки, підводити підсумки на основі очікувань.  | 5 |

***Взаєморозуміння – це розуміння того,***

***що ми всі різні, а не спроби зробити іншого кращим***

***/В. Борисов/***

 Сама людська природа спонукає будь-яке об'єднання людей, якщо воно досить довготривале, утворити певну внутрішню структуру. Слід з'ясувати, які засоби і методи посилюють згуртованість колективу та покращують спілкування у ньому. Передусім, це виховання, що дає змогу досягти відповідності орієнтації членів колективу на певні цінності, мету та завдання, які люди виконують. Успішність такого виховання посилює те, що організація спільної діяльності, реалізація мети досягаються за умови чіткої взаємодії і взаємодопомоги, які правильно регулюють міжособистісні відносини в колективі.

**Метою** є:

- встановлення довірливих стосунків між учасниками групи;

- первинне освоєння прийомів самодіагностики;

- усвідомлення учасниками деяких особистих якостей;

- згуртуватись в єдину команду.

Основними **завданнями** нашого заняття є :

- створити сприятливі умови для розкриття повноти і різноманіття особистих якостей”;

- спробувати відмовитись від звичних стереотипів поведінки;

- зняти психологічне напруження та підняти настрій;

- отримати деяку інформацію про поняття “культура спілкування”

- розвивати комунікативні навички та навички взаєморозуміння.

**Цільова група**: учні, педагоги,батьки

**Обладнання:**  дошка, фломастери, аркуші паперу А-4 та А-1; плакат, на якому намальоване поле, аудіо запис музики для релаксаційної вправи, мішечок з кульками трьох кольорів, маркери, завдання, стікери різних кольорів.

**Хід заняття.**

 **Вправа на знайомство «Унікальність кожного».**

Кожна [людина](http://ua-referat.com/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0) унікальна і неповторна. У всіх свої особливості, життєвий досвід, пристрасті і т.д. Сукупність цілого ряду факторів і створює неповторну особистість. Нехай спочатку кожен спробує охарактеризувати те, в чому він унікальний. Наприклад, несподівані факти (я–один із трійні); кулінарні здібності; цікавий життєвий досвід; особливі інтереси.

**Хід проведення:**

Всі сидять по колу, у кожного папір і олівець. Учасники записують на аркуші паперу свої імена і додають нову важливу чи просто цікаву характеристику, яка підкреслює їх індивідуальність. Збираються записки і прочитуються одна за одною. Кожен раз робиться невелика пауза і пропонується групі визначити того, який дав собі таку характеристику чи має такі здібності. Якщо спроби кілька разів не дають позитивного результату, відповідний гравець встає, тим самим даючи зрозуміти, що мова йде про нього.

 **Правила роботи в т-групі**

.Для того щоб спілкування було ефективним, а робота на занятті була продуктивною щодо вирішення поставлених завдань та здійснення очікувань учасників тренінгу необхідно прийняти правила роботи в групі. Спільно складені та прийняті правила сприяють уникненню ситуації примусу і створюють атмосферу добровільності та спільних дій. Оголошуються та приймаються правила.

* Бути доброзичливими і щирими.
* Бути відкритими для нових вражень і досвіду.
* Говорити від власного імені.
* Конфіденційність.
* Добровільність.
* Не критикувати.
* Говорити коротко, по черзі, не перебивати .

 **Очікування від тренінгу.**

 **Вправа: “Квіткове поле”**

**Хід проведення:**

На розданих квіточках написати свої очікування від заняття. Потім прикріпити їх на аркуш паперу, щоб утворилось квіткове поле. Очікування проговорити. Про що говорить наше квіткове поле?

 **Вправа “Числа у моєму житті ”**

**Хід проведення:**

Група сідає в коло, кожен учасник задумує число, яке має значення в його житті. Це може бути знаменна дата, номер телефону, вік, номер будинку, число членів сім'ї і т.д. Коли учасник задумає число, він пише його великими цифрами на аркуші паперу. Всі по черзі викладають свої папірці на підлогу в центрі кола, а інші члени групи повинні за декілька хвилин постаратися відгадати, чому це число так важливе для відповідного учасника. Вкінці він сам пояснює групі значення свого числа.

  **Інформаційне повідомлення. Культура спілкування.**

Культура втілює стиль мислення людини, охоплює всі аспекти суспільного життя, характеризує глибину знань особистості, її вихованість, уміння висловлювати свою думку, слухати інших, робити правильні висновки. Складовою культури особистості та соціального середовища, в якому відбувається її взаємодія, є культура спілкування, що віддзеркалює ціннісні орієнтації, позиції, соціальні ролі індивіда у суспільстві.

 Культура спілкування — сукупність знань і вмінь, способів і навичок комунікативної взаємодії, а також пов'язаних з нею загальних для конкретного суспільства і конкретних ситуацій етико-психологічних принципів і норм.

 Культура спілкування пов'язана з культурою мовлення.

 Культура мовлення — здатність індивіда використовувати оптимальні для конкретної ситуації мовні засоби, етичні норми.

**Вправа “Хто народився у травні”**

**Хід проведення:**

Група сідає в коло. Ведучий називає особистісну якість або описує ситуацію і просіть учасників, по відношенню до яких справедливий вислів, виконати певну дію. Вони встають зі стільця, виконують цю дію і знову сідають на місце. Наприклад: «Той, у кого є брат, повинен клацнути пальцями». Темп гри повинен зростати. Варіанти висловлювань:

-У кого каріі очі - тричі підморгніть;

-Той, хто сьогодні вранці з'їв смачний сніданок, нехай погладить себе по животі;

-Хто народився у травні, нехай візьме за руку одного члена групи і станцює з ним;

-Хто любить собак, тричі прогавкає;

-Хто любить кішок, тричі промуркоче;

-Хто п'є каву з цукром, загляньте собі під стілець;

-У кого є веснянки, пробіжіть по колу;

-Заміжні опишіть в повітрі велику вісімку рукою;

-Нехай єдина дитина своїх батьків підніметься на стілець;

-Той, кого примушували прийти сюди, повинен затупотіти по підлозі ногами і крикнути: «Я не дозволю себе змушувати!»;

-У кого є власні діти, підстрибніть (один стрибок за кожну дитину);

-Хто вважає себе допитливою людиною, нехай поміняється місцями з тим, хто думає так само;

-Хто зрідка мріяв стати невидимим, закрийте обличчя долонями;

-Той, хто вміє грати на якому-небудь музичному інструменті, хай покаже, як це робиться;

Чи дізнались ви дещо нове про своїх товаришів? Чи важко було бути чесним?

 **Вправа “Малюнок на спині»**

**Хід проведення:**

Учасники діляться на три команди і стають в три колони паралельно. Кожен учасник дивиться при цьому в спину свого товариша. Вправа виконується без слів. Ведучий малює якусь просту картинку і ховає її. Потім ця ж картинка малюється пальцем на спині кожного останнього члена команд. Завдання - відчути і передати якомога точніше цей малюнок далі. В кінці, ті хто стоять першими в командах, малюють, те, що вони відчули, на аркушах паперу і показують всім. Ведучий дістає свою картинку і порівнює.

Учасникам пропонується обговорити в командах помилки, які були в процесі вправи. Зробити висновки, потім, з урахуванням цих висновків, повторити вправу. При цьому перші і останні члени команд міняються місцями.

 **Вправа “ Місіс Мамбл ”**

**Хід проведення:**

 Учасники сідають в коло. Один з [гравців](http://ua-referat.com/%D0%93%D1%80%D0%B0%D0%B2%D1%86%D1%96) повинен звернутися до свого сусіда праворуч і сказати: «Вибачте, ви не бачили місіс Мамбл?». Сусід праворуч [відповідає](http://ua-referat.com/%D0%92%D1%96%D0%B4%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D1%8C) фразою: «Ні, я не бачив. Але можу запитати у сусіда », повертається до свого сусіда праворуч і задає це ж питання, і так по колу. Причому, задаючи і [відповідаючи](http://ua-referat.com/%D0%92%D1%96%D0%B4%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D1%8C) на питання, не можна показувати [зуби](http://ua-referat.com/%D0%97%D1%83%D0%B1%D0%B8). Оскільки вираз обличчя і голос дуже комічні, той, хто засміється або покаже зуби під час діалогу, вибуває з гри.
Питання для зворотнього зв'язку: Що було найскладнішим? Що допомогло виконати вправу? Як інші учасники групи допомагали вам виконати вправу (якщо допомагали)? Що (хто) завадило виконати?

 **Вправа “Цікава історія”**

**Хід роботи:**

Необхідний папір і олівець для кожного учасника. Всі на картках пишуть будь-яке слово, яке прийшло на думку. Це може бути іменник, дієслово, прикметник, прислівник. Картки складаються в коробку і перемішуються. Кожен учасник витягує картку, але не дивиться, що на ній написано. Групи діляться на команди по 4 людини в кожній. Тепер членам команди потрібно об'єднатися і скласти історію так, щоб у ній були використані всі слова, що є у них на картках. Обсяг тексту приблизно сторінка. Готові історії повинні бути названі і представлені в письмовому вигляді Після цього команди збираються разом і зачитують свої історію.

У кінці гри підбиваються підсумки: які слова було важко включити в розповідь? Яким був настрій в команді під час роботи? Чи принесло задоволення кожному учаснику творити разом з іншими?

 **Релаксаційна вправа “Квітка Доброти”**

**Хід проведення:**

А зараз закрийте очі і уявіть, що у вас у руках знаходиться чарівна квітка – Квітка Доброти. Ваші руки відчувають незвичайне тепло, квітка зігріває вас, ваше тіло, вашу душу. Ви протягуєте руку і розглядаєте Квітку Доброти. Уявіть собіякого вона кольору. Якого розміру? Можливо, вона має запах. А можливо, ви чуєте приємну музику, яка лине від квітки… І вам хочеться її послухати. Подумки зберіть усю доброту від Квітки Доброти й помістіть у своє серце. Ви відчуваєте, як доброта входить у вас, як зігріває вашу душу, несе радість… Я хочу, щоб сьогодні й надалі ви відчували допомогу від квітки доброти. І коли у вас неприємності, або погано на душі, можна собі допомогти ним, що ми робимо зараз: уявити в руках Квітку Доброти і подумки помістити її в своє серце.

 **Підведення підсумків. Вправа “Віночок”.**

 Рефлексія заняття. Прощання.

**Хід проведення:**

На одержаних квіточках записати свої враження від заняття. Проговорити їх. Прикріпити квіточки вгорі над квітучим полем сподівань, щоб утворився віночок успіху.

 - А тепер подаруйте один одному посмішку і так ми завершимо наше заняття.

 Успіху вам!

**ВИСНОВКИ**

На основі аналізу психо-педагогічної літератури ми розкрили сутність поняття «спілкування» та визначили його основні харктеристики.

Суспільство являє собою багатоякісну і багаторівневу систему відношень людини до світу. Воно включає не лише відношення людини до предметного світу, а й до інших людей, з якими вона вступає в прямі і опосередковані контакти, тобто спілкування.

Психологія спілкування— це розділ загальної психології, предметом якого є психологічна специфіка процесів спілкування, які розглядаються під кутом зору взаємовідносин особистості та суспільства. Говорячи про психологічну специфіку, варто мати на увазі, що процеси спілкування можуть бути розглянуті не тільки під психологічним, а й під іншим кутом зору — соціологічним, лінгвістичним та ін.

"Комунікація — специфічна форма взаємодії людей у процесі їхньої пізнавально-трудової діяльності".

У той самий час спілкування є необхідною умовою будь-якої діяльності людини. Тому можна стверджувати, що будь-яка людська діяльність неможлива поза спілкуванням. Отже, комунікація є важливим елементом діяльності людини

Отже, спілкування — складний багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, що по­роджується потребами у спільній діяльності і включає обмін інформацією, сприймання й розуміння іншої людини, вироблення єдиної стратегії взаємодії; взає­модія суб'єктів, спрямована на зміни у стані, поведінці та особистісно-смислових особливостях партнера.

Найкраще розвиваються комунікативні навички у взаємодії, в тренінгових заняттях, практичних вправах.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Андрєєва Г.М. Соціальна психологія. – М., Аспект Пресс, 1996.

2. Зимова И.А. Психологія навчання іноземній мові в школі. – М., 1991.

3. Леонтьев А.Н. Проблеми розвитку психіки. – М., 1972.

4. Ломов Б.Ф. Спілкування і соціальна регуляція поводження індивіда// Психологічні проблеми соціальної регуляції поводження, - М., 1976.

5. Немов Р.С. Психологія. Книга 1: Основи загальної психології. – М., Освіта, 1994.

6.  Рюкле X. Ваше тайное оружие в общении. Мимика, жест, движе­ние. — М.,1996.

7. Спілкування й оптимізація спільної діяльності. Під ред. Андрєєвої Г.М. і Яноушека Я. М., МГУ, 1987.

8. Хохелъ С. Целостное восприятие личности и методы определения ее типа. — К., 1992.

9. Экман П. Психология лжи. — К., 1999.