Тема уроку: Стилі спілкування.

Мета:розповісти про стилі спілкування; відпрацювати з учнями навички ефективного спілкування; дослідити переваги і недоліки різних стилів спілкування;

розвивати вміння просити про послугу та висувати справедливі вимоги, обгрунтовувати необхідність дружніх стосунків із однокласниками, друзями, знайомими;

виховувати поважне ставлення до оточуючих людей, чемність і культуру спілкування.

Очікувані результати

Після цього уроку учні зможуть:

оцінювати рівень своєї упевненості у спілкуванні з  незнайомими людьми;

пояснити, як може зашкодити сором’язливість;

продемонструвати вміння правильно знайомитися, починати, підтримувати і завершувати розмову, казати компліменти.

Основні поняття: стиль спілкування, упевнена поведінка, манера спілкування, авторитарний, демократичний і ліберальний стилі

Тип уроку – комбінований

Обладнання: Підручник , наочність, аркуші паперу, олівці, фломастери, стікери, музичний супровід, мікрофон.

**Структура уроку**

І. Організаційний етап

ІІ. Актуалізація опорних знань і мотивація навчальної діяльності

ІІІ. Вивчення нового матеріалу

ІV. Узагальнення та систематизація знань

V. Підбиття підсумків уроку

VІ. Домашнє завдання (різнорівневе)

VІІ. Рефлексія

«Спілкування – найбільша розкіш у житті».

Антуан де Сент-Екзюпері

**ХІД УРОКУ**

**І. Організаційний етап**

Привітання вчителя. Установка на позитивний настрій.

Вчитель: Добрий день!Я дуже рада бачити вас усіх красивими,бадьорими,здоровими.

Привітання дітей. Зроби комплімент.

Повторення правил групи.

Тренер просить учасників згадати, які правила роботи встановила і використовує група, та уточнити, які з цих правил є правами, а які обов’язками.

Правила роботи

Бути доброзичливим;

поважати інших;

говорити по черзі і по суті питання;

кожен має право на свою думку;

бути позитивним;

бути толерантним;

бути активним.

Обговорюється необхідність і корисність кожного правила.

Повідомлення теми і мети уроку: Формування разом з учнями мети й завдань уроку.

Очікування: на аркушах паперу у вигляді зернинок учні записують свої очікування від сьогоднішнього тренінгу. На дошці розмішене поле, на яке учні висаджують свої зернинки.

**ІІ. Актуалізація опорних знань і мотивація навчальної діяльності**

Прослуховування оповідання «Добре слово» (під музичний супровід).

*Добре слово*

         В однієї жінки була маленька донька Оля. Коли дівчинці виповнилося 5 років, вона тяжко захворіла: застудилася, почала кашляти й «танула» на очах. До нещасної матері почали приходити родичі: Олині тітки, дядьки, бабусі, дідусі. Кожен приносив щось смачне й поживне: липовий мед і солодке коров'яче масло, свіжі лісові ягоди й горіхи, перепелині яєчка й бульйон із курячого крильця. Кожен говорив: «Треба добре харчуватися, треба дихати свіжим повітрям – і хвороба втече в ліси і на болота». Оля їла мед у стільниках і солодке коров'яче масло, лісові ягоди і горіхи, перепелині яєчка й бульйон із курячого крильця. Але нічого не допомагало – дівчинка вже ледве вставала з ліжка. Одного дня біля хворої зібрались усі родичі. Дідусь Опанас сказав:

 - Чогось їй не вистачає. А чого – і сам не можу зрозуміти. Раптом відчинилися двері. До хати ввійшла прабабуся Олі – столітня Надія. Про неї родичі забули, бо багато років сиділа прабабуся Надія в кімнаті, нікуди не виходила. Але почувши про хворобу правнучки, вирішила навідати її. Підійшла до ліжка, сіла на ослінчик, узяла Олину руку у свою, зморшкувату і маленьку, й сказала:

- Немає в мене ні медових стільників, ні солодкого коров'ячого масла, немає ні свіжих лісових ягід, ні горіхів, немає ні перепелиних яєчок, ні бульйону з курячого крильця. Стара я стала, нічого не бачу. Принесла я тобі, мила моя правнучко, один-єдиний подарунок: сердечне бажання. Єдине бажання залишилось у мене в серці – щоб ти, моя квіточко, видужала й знову раділа ясному сонечку.

Така величезна сила любові була в цьому доброму слові, що маленьке Олине серце забилось частіше, щічки порозвішали, а в очах засяяла радість.

– Ось чого не вистачало Олі, - сказав дід Опанас. – Доброго слова.

*Запитання до учнів*

Що ж потрібно було Олі для того, щоб вона видужала?

Висновок. Так, дівчинці не потрібні були ні ласощі, ні інші продукти харчування… Інколи, для того, щоб людина скоріше видужала, потрібна увага до хворої людини, небайдужість…

**Складання на дошці кругової діаграми «Від чого залежить наше здоров'я»**

Проблемні запитання.

Заради чого людина вступає в процес спілкування? Чи впливає спілкування на здоров'я людини?

**ІІІ. Вивчення нового матеріалу**

Виявлення рівня проінформованості.

Обговорення ситуації.

Прочитай ситуацію та варіанти поведінки.

Ти позичив другу свій улюблений диск, а він повернув його зіпсованим. Ти:

А. скажеш про це другові і попросиш купити тобі новий диск;

Б. нічого не скажеш і купиш новий диск сам;

В. позичиш у друга його улюблений диск і так само зіпсуєш його.

Яку манеру спілкування описано в кожному з варіантів?

Як би кожен з вас вчинив у такій ситуації?

Чи траплялися подібні ситуації у вашому житті? Як ви тоді вчинили?

*Інформаційне повідомлення.*

Вчитель: Індивідуальність людини у взаємодії з іншими реалізують і через стиль спілкування. Стиль спілкування – система принципів, норм, методів,прийомів діяльності й поведінки індивіда. Найяскравіше стиль спілкування виявлений у діловій та професійній сферах, взаєминах ділових партнерів, керівника і підлеглого.

Виокремлюють три стилі: авторитарний (ділові, короткі розпорядження, чітка мова, заборони без поблажливості, уникнення емоцій), демократичний (інструкції у формі пропозицій, товариський тон розмови, розпорядження й заборони з дискусіями, заохочення та покарання із порадами) і ліберальний (брак співробітництва, заохочень і покарань, конвенційний тон розмови).

У кожної людини сформовані певні стереотипи комунікативної взаємодії, які визначають її стиль спілкування. На неї відчутно впливають тип поведінки людини, її ставлення до діяльності, соціокультурні особливості людини. Стиль спілкування, будучи однією із сутнісних характеристик особистості, відображає усталені способи діяльності певного типу людини; має тісний зв'язок із психологічними особливостями її мислення, прийняття рішень, вияву комунікативних властивостей. Він формується й розвивається в процесі взаємодії. Ефективні в одній культурі стилі спілкування можуть не спрацьовувати в іншій. Особливо це стосується ділової сфери. Тому під час встановлення ділових контактів слід ураховувати, що «ділові» люди, виховані в різних національних традиціях і умовах, дотримують відповідно різних принципів поведінки, налагодження соціальних контактів.

Уміння спілкуватися передбачає певний рівень психологічної культури, яка включає уміння:

розумітися в інших людях;

адекватно  відгукуватися на поведінку людей;

вибирати такі способи збирання, які підходять, відповідають індивідуальним особливостям тих, хто вступає у спілкування.

Психологічна культура – це насамперед стихійний досвід. Але стихійний досвід збагачують теоретичними знаннями, формуванням здібності співпереживати, вправами в такій поведінці, яка б не принижувала гідності інших людей.

*Робота в малих группах.*

*Завдання: написати пам'ятку, створити проект про запропоновані проблеми.*

* Як зробити наше спілкування приємним, радісним, бажаним, продуктивним?
* Яких правил слід дотримуватися в процесі спілкування зі співрозмовником?

Обговорення правил спілкування між учнями групи.

Висновок: Отже, можна виділити такі основні правила спілкування:

Будьте завжди ввічливими, привітними та доброзичливими в спілкуванні. З повагою ставтеся до співрозмовника.

Будьте уважними до співрозмовника, до його стану і настрою, до того, що і як він говорить, як реагує на ті чи інші слова.

Умійте слухати і не перебивати інших.

Не бійтеся вступати в контакти (усні чи письмові) з людьми, навіть не знайомими вам, але при цьому уникайте нав'язливості.

Говоріть про те, що може бути цікавим і корисним для тих, хто вас слухає.

Не завдавайте людям прикрощів словом (не ображайте, не говоріть неприємного не виявляйте своєї неповаги, не вживайте грубих слів тощо).

Умійте ввічливо попросити про щось і ввічливо відмовити в чомусь, не образивши людину своєю відмовою. Намагайтеся чемно пояснити причину прохання чи відмови.

Використовуйте в спілкуванні слова «будь-ласка», «вибачте», «не ображайтеся», «чи не змогли б ви», «на жаль». Стежте за культурою мовлення.

Умійте підтримати людину словом і ділом у будь-якій ситуації.

Вчитель: Отже, із усього сказаного можна зробити висновок, що спілкування – це чи не найважливіша для людини річ. І для того, щоб воно приносило задоволення і бажаний результат, слід виробити в собі ті якості, про які ми сьогодні говорили, пам'ятати вислів древніх: «Заговори, щоб я тебе побачив».

Завжди пам'ятайте просту народну істину, що до людей слід ставитися так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе. Також у спілкуванні людей дуже важливу роль відіграють почуття та емоції.

**Руханка.**

Учасники під музику розходяться по кімнаті. Один з учасників говорить: „Ми – жабки”, інші учасники йому відповідають: „Ура, ура, ура”, імітуючи при цьому рух жабок. Всі скачуть, як жабки, до того моменту, доки особа, яка дала це завдання, не торкнеться до когось, хто запропонує вже щось нове: „Ми – ведмедики”.

До повідомлення інколи додають: „Ми жабки, наш дім – трикутник (або чотирикутник, коло, лінія і т.д.)”, – і учасники імітують рухи і звуки жабок у трійках (чи в іншій формі, кількості). Під час вправи учасники наслідують звуки тих істот, рухи яких вони імітують. Напрям руху: довільний або вздовж геометричної фігури чи великого знаку нескінченності.

*Робота з термінами (комунікація, упевнена поведінка)*

**Комунікація** (від лат. Communicatio – єдність, передача, з'єднання, повідомлення, пов'язаного з дієсловом лат. Communico – роблю спільним, повідомляю, з'єдную, похідним від лат. Communis – спільний) – це процес обміну інформацією (фактами, ідеями, поглядами, емоціями тощо) між двома чи більше особами.

**Упевнена поведінка** – це вміння домовлятися з урахуванням інтересів усіх сторін, здатність ввічливо відмовитись від того, що не підходить, і рішуче – від того, що може бути небезпечним. Упевнену поведінку ще називають гідною, інтелігентною або самостверджувальною. Іноді її плутають з агресивною. Але ці стилі спілкування такі різні, як Сонце і Вітер у байці Езопа.

 Хоч у деяких випадках доречно виявити пасивність, а іноді доводиться реагувати й агресивно, упевнена манера спілкування є найкращою у більшості життєвих ситуацій.

*Оздоровлювальна вправа*

Пантоміма «Вислови думку за допомогою жестів, міміки, пози»

**ІV. Узагальнення та систематизація знань**

Тестування «Чи гарний ти співрозмовник?»

Зараз ми за допомогою тесту дізнаємося, наскільки цікаво іншим із вами спілкуватися.

На всі запитання відповідати треба «так» або «ні».

Тобі подобається більше слухати, ніж розмовляти?

Ти завжди знайдеш тему для розмови?

Ти завжди уважно слухаєш?

Чи подобається тобі давати поради?

Чи покажеш ти співрозмовнику, що тобі цікава тема розмови?

Чи дратуєшся ти, коли тебе не слухають?

У тебе завжди своя думка на все?

Чи будеш ти говорити на незнайомі теми?

Чи подобається тобі бути в центрі уваги?

 Чи є хоча б три галузі знань, у яких ти добре обізнаний?

Якщо в тебе відповідь «так» на 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11 питання – став 1 бал.

Полічи бали.

Інтерпретація

1-3 бали – спілкуватися з тобою не завжди приємно. Замислись над цим.

4-9 балів – ти приємний співрозмовник, але, коли не в дусі, потребуєш особливої уваги оточуючих до себе.

9-11 балів – ти гарний співрозмовник, без тебе не можуть обійтися друзі, ти - душа компанії.

*Робота в группах.*

Об’єднайтесь у 2 групи. Розподіліть ситуації і за допомогою підручника проаналізуйте наведені варіанти поведінки. Визначте стилі спілкування. Які їх позитивні та негативні наслідки?

Ситуація 1. Сашко сидить у кінозалі. Дівчата позаду голосно розмовляють, сміються і шурхотять обгортками від цукерок. Він:

мовчки терпітиме;

скаже: «дівчата, будь- ласка, тихіше, мені погано чути»;

скаже: «припніть язики, або вимітайтесь».

Ситуація 2. Катю запросили на день народження у кафе. Всім подали коктейлі з алкоголем. Катя не вживає алкогольних напоїв. Вона:

попросить офіціанта принести сік;

вип’є коктейль, адже незручно відмовлятися;

влаштує сцену і скаже, що культурні люди подають не лише алкогольні напої

Перегляд малюнків підручника «Манера спілкування»

Запитання:

Чи можна за жестами, мімікою, виразом обличчя визначити манеру спілкування?

Чому деякі люди соромляться спілкуватися з іншими?

Які відчуття виникають у вас у незнайомій компанії?

*Творча робота «Чарівна троянда»*

Складання порад, щодо подолання сором'язливості

Вчитель. Є люди, які сором'язливі від народження. Їм ніяково в чужій компанії, вони ніяковіють із незнайомими людьми, соромляться відповідати на уроках. Таким людям потрібно тренувати навички подолання сором'язливості. Я пропоную вам створити чудову троянду, на пелюстках якої ми запишемо поради, як подолати сором'язливість. Потім помістимо її на наш змінний стенд. (Учні складають поради і створюють макет чарівної троянди).

Висновок. Сором'язливість може виникнути і закріпитися, якщо людина немає навичок спілкування, турбується через те, як оцінять оточуючі її вчинки. У результаті вона постійно принижує себе, вважаючи нездатною ні до чого або навіть дефективною. Якщо постійно говорити собі «я сором'язливий», то це обов'язково увійде у звичку, а звичка, як говорив класик, - «друга натура». Психоаналітики вважають, що сором'язливість виникає через внутрішні конфлікти, а соціологи стверджують, що норми й установки суспільства роблять людей сором'язливими.

Упоратися із сором'язливістю можна, однак спочатку треба зрозуміти причину її виникнення. Часто людина абсолютно неправильно розуміє ставлення до себе оточуючих: може думати, що її не люблять і засуджують, і її це навіть не дивує – адже вона вважає себе гіршою за інших, майже завжди чекає несприятливого результату справ.

Як позбутися сором'язливості?

Щоб позбутися сором'язливості, навчитися спілкуватися з різними людьми, відчувати себе вільно й розкуто в будь-якій ситуації, треба прийняти рішення змінити своє життя і навіть звернутися за допомогою до психолога, якщо це необхідно.

Деякі рекомендації, які зовсім нескладно виконувати, ми обговоримо на уроці:

1. Зрозумійте, що про вас подумають інші люди – безглуздо, а іноді просто недоречно: люди, як правило, найчастіше зайняті собою. Адже кожній людині, як і вам, небайдуже, як вона виглядає, - а вже потім люди звертають свою увагу на оточуючих. До того ж, ті , чиє добре ставлення вам дійсно варто заслужити, оцінюють людей  не за зовнішніми ознаками, а за їх справжніми якостями.

2. Завжди мислити позитивно – тим більше, якщо ви думаєте про інших людей. Багато людей будуть незгодні з вами щодо різних питань, матимуть  протилежну точку зору, але це не означає, що вони стануть вас засуджувати. Учіться спілкуватися.

3. Не судіть себе суворо – розбудіть у собі почуття гумору. Якщо ви сказали щось не так, не треба себе лаяти – усміхніться, дозвольте собі бути собою, продовжуйте розмовляти.

4. Цілі, які ви перед собою ставите, повинні бути для вас реальними і значимими – інакше вам просто не захочеться їх досягати.

5. У складній для вас ситуації – наприклад, перед публічним виступом, намагайтесь підготуватись заздалегідь – потренуйтесь у дома, перед членами сім'ї або навіть просто перед дзеркалом – це вам необхідно. Виступаючи перед аудиторією, думайте не про те як ви виглядаєте, а про те, що перед вами знаходяться люди, для яких ваша інформація є важливою – і у вас вийде чудово.

6. Завжди одягайтесь красиво і зі смаком. Якщо ви на цей момент обмежені в коштах, то стежте за тим, щоб одяг був завжди чистим і акуратним. Додайте в нього хоч одну яскраву деталь: краватку, шарф, хустку, квітку або інші аксесуари.

7. Розмовляючи з людиною, не чекайте, що вона розвиватиме розмову – розвивайте її самі, але також слухайте співрозмовника – цікавтесь його думкою і робіть йому щирі компліменти. При цьому ніколи не підлещуйтесь.

8. Деяким людям здається, що позбутися сором’язливості допомагає алкоголь, і вони використовують його все частіше і частіше. Це неприпустимо, і не тільки тому, що так можна легко пристраститися до алкоголю. Під впливом спиртного людини стає не вільніше, а розв'язнішою, і може буквально «зірватися з ланцюга» - того самого «ланцюга», на якому її постійно утримують різні комплекси. Після такої поведінки,коли дія спиртного мине, стан сором’язливості посилюється – адже людині соромно за свою поведінку, і вона ще більше замикається в собі, намагається віддалитися від оточуючих.

9. Перестаньте зациклюватися на своїх невдачах: згадайте й усвідомте, що не помиляються лише ті люди, які нічого не роблять – це істина. Запам'ятовуте не свої помилки і невдачі, а свої переваги і успіхи, хоча й помилки вам даються для того, щоб «витягувати» з них позитивний досвід.

10. Як тільки ви  починаєте відчуваєте незручність у спілкуванні з іншими, згадайте про деякі права, які є в абсолютно в кожній людині: право говорити «ні» і не відчувати себе винуватим при цьому; право не виправдовуватися; право самому оцінювати свої вчинки і почуття; право помилятися і відповідати за свої помилки; право не подобатись; право не знати чого-небудь; право на незалежність; право приймати нелогічні рішення – якщо це не шкодить іншим.

11. Якщо ж у будь-якій ситуації вам буде важко розслабитись, згадайте слова, сказані кимось із відомих і великих: «не піклуйтеся про те що подумають про вас інші, вони занадто стурбовані тим, що ви думаєте про них».

**V. Підбиття підсумків уроку.**

Учні аналізують свої очікування. Якщо вони здійснилися, то наше зернятко проросло, і ми до нього прикріплюємо листочки, а якщо ні, то не прикріплюємо.

Вчитель: Східна мудрість радить: «Запалюйте під час кожної зустрічі, коли тільки можете, свічку любові, радуйте і надихайте кожне серце. Дбайте про кожну людину, як про близьку вам. Обдаровуйте чужих людей такою самою любов’ю та добротою, як і ваших вірних друзів». Це правило спілкування між людьми приносить взаєморозуміння і радість у серці людини.

Кожна особистість може розвиватися і самостверджуватися в процесі спілкування. За допомогою спілкування людина налагоджує контакти з іншими шляхом передачі їм інформації і впливу своєї особистості. Позитивне доброзичливе спілкування є важливою складовою поведінки.

**VІ. Домашнє завдання (різнорівневе)**

І рівень – опрацювати матеріал підручника.

ІІ рівень – написати міні-твір на тему «Що для мене означає позитивно спілкуватися».

ІІІ рівень – висловити своє розуміння теми позитивного спілкування в малюнках.

**VІІ. Рефлексія**

Продовжіть речення: «Мені приємно спілкуватися з людиною, коли…»

Кожен учень має потиснути руку всім однокласникам, не відпускаючи руки одного учасника, поки не візьметься за руку іншого.