

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/317554>

Тип работы: Реферат

Предмет: Управление персоналом

-

Модуль 2. Эффективность в общении

1. Упражнение “Самовыражение и стили общения”

Время - 50 минут.

Ведущий спрашивает у участников, что дает человеку свободу самовыражения - мыслей, чувств, поступков. В свободной групповой дискуссии участники обсуждают этот вопрос.

Ведущий рассказывает о методе психодрамы, который разработал Якоб Морено. По словам Морено, “роли не рождаются из человеческого “Я”, наоборот, из ролей может появиться “Я””.

Сущность психодрамы - в постановке импровизированной ситуации, в которой участники могут активно проиграть важные, нередко проблемные роли.

Ведущий рассказывает о трех разных стилях общения: уверенный, нерешительный, агрессивный. Затем предлагает разыграть ситуации, которые помогут потренироваться в разных стилях общения.

Возможный перечень ситуаций:

1. “Подруга подарила тебе сумочку, а теперь требует обратно. Ответь ей гневно, нерешительно, убедительно (уверенно)”.
2. “Педагогу показалось, что ты шумишь, и он выгоняет тебя из класса. Ответь с трех разных позиций”.
3. “Ты пришел/пришла в кинотеатр. Перед тобой сидит высокий человек да еще и в шляпе. Обратись к нему в разных стилях общения”.

Обсуждение. Понравилось ли вам данное упражнение? Что удалось, что не очень? Что было полезно? Как было себя ощущать агрессивным, а как уверенным? В чем между ними разница? Как вам кажется, не близко ли друг к другу агрессивный и нерешительный стили?

2. Упражнение “Рисую себя”

Время - 50 минут.

Группа делится на двойки, участники обсуждают что бы хотели нарисовать на тему “Рисую себя”. На выбор ведущим предлагаются такие подтемы: “Что мне нравится и не нравится в себе” и “Каким/ой я кажусь другим и каким/какой являюсь в действительности”.

Тему можно выбрать одну, либо несколько.

Ведущий включает музыкальное сопровождение. Участники рисуют.

Обсуждение. Какую темы выбрали для рисования? Кто хочет рассказать о своем рисунке? Каким вы видите себя? Какие качества в себе вам нравятся, какие нет? Почему вы считаете, что другим нравится/не нравится именно это в вас?

3. Упражнение “Передай настроение”

Время - 10 минут.

Группа встает в круг. Все берутся за руки.

Инструкция. Один из вас передаст вправо свое настроение посредством сжатия руки. Второй должен передать третьему и т.д. Настроение должно обойти круг и вернуться к тому, кто его запустил.

Подведение итогов

Ведущий. У нас был интересный, плодотворный день. Давайте обсудим, что запомнилось больше всего? Что понравилось, что нет? В каком вы сейчас настроении? Что бы хотели услышать и о чем поговорить завтра?

До встречи завтра.

День 2.

Ведущий здоровается, спрашивает как прошло окончание вчерашнего дня, появились ли мысли (пожелания, ожидания) по поводу дня сегодняшнего, рассказывает о плане работы на день.

День начинается с разминки. Группа собирается в круг.

Время - 45 минут.

Разминка

1. Упражнение "Расскажи о себе".

Участники сидят в кругу. Задание: "Сказать группе все, что хочется. У каждого будет 30 секунд". Ведущий засекает время, в конце высказывания благодарит каждого участника.

2. Упражнение "Поменяйтесь местами те, кто..."

Задание: поменяться местами тем, кто (любит мороженое, играет в футбол, сейчас одет во что-то синее, танцует брейк, читал фантастику, создает персонажей, слушает музыку и т.д.)

-

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/317554>