

Коммунікативті шеберліктер тренінгі

Негізгі сұрақтар:

- Коммуникацияның негізі, жалпы ақпарат
- Коммуникативтік тренингтер
- Коммуникативтік тренинг бағдарламасының құрылымы

Коммуникация – өзара түсіністікке алып келетін екі жақты ақпарат алмасу процесі.

Коммуникативтік сауаттылық – қарым-қатынасты тиімді және конфликтсіз жүргізу .

Коммуникативтік сәтсіздік-қарым-қатынастың теріс нәтижесі оның мақсаты жетпеген түрі.

Коммуникативтік кедергілер -адамдардың қандай да бір объективті немесе субъективті себептердің кесірінен табысты коммуникацияға түсе алмауы.

Психологиядағы коммуникация-бұл ақпарат алмасу процесі, бұл индивидтердің арасындағы қарым-қатынас және өзара іс-қимыл.

Коммуникабельділік немесе коммуникативтік дағдылар-бұл адамның байланыстарды орната білу, басқа адамдармен жүйелі және ақпараттық қарым-қатынас жасай білу.

Коммуникативтік тренингтер - бұл мақсаты коммуникативтік дағдылар мен коммуникабельдікті сапалы дамыту және жетілдіру болып табылатын тренингтер.

Коммуникативтік тренинг-бұл топтық жұмыстың белсенді әдістеріне негізделген психологиялық әсер ету түрі,арнайы ұйымдастырылған қарым-қатынас, оның барысында тұлғаны дамыту және коммуникативтік дағдыларды қалыптастыру мәселелері шешіледі.

Коммуникативтік тренинг бағдарламасының құрылымы

Саты	Мақсаты	Мазмұны
1. Шығып сөйлеу (Вступление)	Топ қатысушыларымен танысу, сенім және өзін-өзі ашу атмосферасын құру, мақсатты қалыптастыру.	Әңгімелесу, пікір-талас, ойындар, мәселелі міндеттерді шешу.
2. Теория	Коммуникация теорияларының негіздерімен таныстыру.	Мини-дәріс, әңгімелесу, пікір-талас, жағдайды рөлдік ойнау.
3. Рефлексия	Тренингке қатысушылардың конструктілер жүйесін және құндылықтарын анықтау.	Дұрыс коммуникацияға түсудегі мақсатын анықтау
4. Мақсат құру	Коммуникацияны меңгере отырып, берілген рөлдер очеркін құру.	Қатысушылар үшін коммуникация конструктілердің индивидуалды жүйесін құру, берілетін рөлдердің очеркін жазу, рөлдік ойнау.

5. Қалыптастыру	Тұлғаның өзінің конструктілер жүйесін қайта мағыналау.	Өмірде берілген рөлдер очеркін ойнау.
6. Кері байланыс	Қайта мағыналау үрдісін бақылау және коррекциялау.	Талдау, жағдайды ойнау, пікір-талас.
7. Қалыптастыру(жалғастыру)	Тұлғаның өзінің конструктілер жүйесін қайта мағыналау	Өмірде берілген рөлдер очеркін ойнау.
8. Кері байланыс және диагностика	Бағдарламаға қатысушылардың конструктілер және құндылықтар жүйесіндегі өзгерістерді талдау.	

Тренингтік сабақтың базалық құрылымы:

Сәлемдесу ритуалы.

Разминка.

Өткен сабақты рефлексиялау.

Бүгінгі сабақтың тақырыбына кіріспе (негізгі мазмұнына).

Сабақтың негізгі мазмұнын меңгеруге мүмкіндік беретін жаттығулар мен тәсілдер.

Өтіп жатқан сабақты рефлексиялау.

Үй тапсырмасы немесе «келесі кездесу» көпірі.

Сәлемдесу және қоштасу ритуалдары

- **Сәлемдесу және қоштасу ритуалдары** – бұл тренингтік сабаққа есікті ашу (икемдеу) және оны соңында жабу. Ритуалдар – қатысушылардың ортақтығын, олардың «Мен сезімін» құру және қолдану болып табылады. Ритуалдар мүмкіндігінше сол топпен өңделу керек.

Разминка

- **Разминка** бұл қатысушылардың эмоционалды күйіне, олардың белсенділік деңгейіне әсер ету тәсілі, өнімді топтық іс-әрекетке икемдеу қызметін атқарады. Разминка сабақтың басында ғана емес, егер психолог қатысушылардың өзекті эмоционалды күйін өзгерту керектігін байқаса, сонымен қатар жеке жаттығулардың арасында да орындалады. Разминка жаттығулары топтың өзекті күйін және алда тұрған іс-әрекеттің міндетін ескере отырып таңдалынады. Белгілі бір белгіленген жаттығулар қатысушыларды белсендендіруге, олардың көңіл күйін көтеруге, ал енді біреулері керісінше эмоционалды шамадан тыс қозуды шығаруға мүмкіндік береді. Егер қатысушылардың өзекті күйі сабақтың міндетіне сәйкес келсе, тақырыптық разминкаларды жүргізуге болады: олар психофизиологиялық және эмоционалды икемделумен қатар сабақтың тақырыбына кіріспе рөлін орындайды.

Рефлексия

- **Рефлексия** сабақты ретроспективті бағалаудың екі аспекісін көрсетеді: эмоционалды (ұнады – ұнаған жоқ, жақсы болды – жақсы болған жоқ және неге) және мағыналық (неге бұл маңызды, неге біз мұны жасадық). *Өткен сабақты рефлексиялауда қатысушылар соңғы рет немен айналысқанын еске түсіреді, әсіресе не есте сақталды, не істеді. 6. Қазір ғана өткен сабақты рефлексиялау қатысушылар бұл не үшін қажет, өмірде бұл қалай көмектесуі мүмкін деген сұрақтарға жауап береді, бір-бірімен және жетекшімен эмоционалды байланыс орнатады. Рефлексия мынандай сұраққа негізделмеуі керек: «Сабақ сендерге ұнады ма? Қандай сезім сендерде пайда болды?».*

Ағымдағы сабақ тақырыбына кіріспе

- **Ағымдағы сабақ тақырыбына кіріспе** тақырыптық разминка сатысында жүзеге асып қоюы мүмкін. Немесе бұл кездесудің дербес және өте маңызды сатысы болуы мүмкін. Оның функциясы қатысушыларға тақырыптың мазмұнын және кездесудің негізгі міндетін жеткізу ғана емес, сонымен қатар олады маңызды, терең жұмысқа мотивтеу. Мазмұнға кіріспе жасауда түрлі тәсілдер қолдану мүмкін. Мысалы, тақырып жәй хабарланып, міндеттері көрсетілуі мүмкін. Немесе қатысушыларды қандай да бір керемет айқын дәйектермен қызықтырып, ары қарай ырықсыз қызығушылық энергиясымен жұмыс істеуге болады.

- **Сабақтың негізгі мазмұнын меңгеруге мүмкіндік беретін жаттығулар мен тәсілдер-** бұл жетекшінің қысқаша монологімен, рефлексиялық үзілістер, қорытындыны шығару, осы қорытындыларды тақтаға немесе жеке тренингтік дәптерге жазумен өтетін рөлдік ойындар, психотехникалық жаттығулар, пікір-талас.
- **Үй тапсырмасы.** Егер тренинг оқушыларға жүргізілсе, үй тапсырмасы ретінде ата-аналарымен кездесу, экскурсия, сыныптың ішіндегі іс-шаралар болуы мүмкін.
- Осы құрылым негізінде психолог өз тренинг бағдарламасын құрып, топтарға жүргізе алады.

Оқу әдебиеттер:

- Горбатова, Е.А. Теория и практика психологического тренинга: учебное пособие / Е.А. Горбатова.- СПб.: Речь, 2008.- 320с.
- Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие/ Т.В. Зайцева.- СПб.: Речь; М.: Смысл, 2002.- 80с.
- Келли Г., Тренинг принятия решения. –Спб.: Питер, 2001.
- Евтихов О. Практика психологического тренинга. –Спб., 2005.
- Ли Д. Практика группового тренинга/ Д. Ли.- СПб.: Питер, 2002.- 224с.
- Фопель К. Психологические группы. Рабочие материалы для ведущего. Практическое пособие. / Пер. с нем. – М., Генезис, 2004.