**ГБПОУ «Поволжский государственный колледж»**

**Дисциплина:**«Психология общения»

**Тема: «Методы исследования общения**

*Практическое занятие №2.*

**Цель:**Определить свой уровень общительности, оценить свое умение слушать, проверить уровень своей коммуникабельности, научиться развивать навыки общения.

**Междисциплинарные связи:**социология, обществознание , основы менеджмента.

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЯ**

Оборудование: компьютер, мультимедийная система.

Раздаточный материал: ключи к тестовым заданиям

Литература основная:

Рогов Е.И. Психология общения. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003. – 336с.:ил.

Третьяченко В.В., Вереина Л.В., Скляр П.П. Психологія ділового спілкування. Навч.посіб. – Луганськ:Вид-во «Глобус», 2005. – 268 с.

Вспомогательная литература

* Немов Р.С. Общая психология. Учеб. Для студ. Образоват. Уреждений сред. Проф. Образования. – М.:Гуманит.изд.центр Владос, 2003. – 400с.
* Бодалев А.А. Психология общения / А.А. Бодалев. — М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО «МОДЭК», 2011. — 256 с.
* Волкова А.И.Психология общения / А.И. Волкова, Серия: Среднее профессиональное образование. — М.: Издательский центр Феникс, 2011. — 448с.

**СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ**

**1. Организационный момент.**

Подготовить аудиторию к началу занятия. Заполнение документации. Настраивание студентов на учебный процесс. Сообщить студентам тему и цель занятия.

**2. Актуализация опорных знаний.**

Актуальность темы.Постановка проблемы практического занятия

**3. Мотивация учебной деятельности. Темы и цели занятия.**

«Методы исследования уровня общения». Определить свой уровень общительности, оценить свое умение слушать, проверить уровень своей коммуникабельности, научиться развивать навыки общения.

**4. Формирование знаний, умений и навыков.**

**Сообщение плана практического занятия**

1.Определение уровня общительности (В.Ф. Ряховский)

2. Определить тип своей личности (К.Юнг)

3. Тест оценки своего умения слушать

4. Определить уровень своей коммуникабельности

5. Задания на развитие навыков общения

**5. Обобщение и систематизация изученного материала.**

1. Дайте основную характеристику понятию «общение». Какие задачи общения вам известны?

2. В чем заключаются цели общения?

3. Охарактеризуйте основные типы и стороны общения

4.Раскройте разницу между микро и макросредой общения

5. Что вы понимаете под аттракцией?

**6. Подведение итогов занятия.**

Оценивание индивидуальной и групповой работы студентов

Методические советы относительно дальнейшей обработки темы

**7. Домашнее задание.**

Конспект по теме. Литература:

1. Немов Р.С. Общая психология. Учеб. Для студ. Образоват. Уреждений сред. Проф. Образования. – М.:Гуманит.изд.центр Владос, 2003. – 400с.

2. Бодалев А.А. Психология общения / А.А. Бодалев. — М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО «МОДЭК», 2011. — 256 с.

**Задания для практического занятия №2.**

**Методы исследования общения**

**Учебная цель:**определить свой уровень общительности, оценить свое умение слушать, проверить уровень своей коммуникабельности, научиться развивать навыки общения.

**План**

1.Определение уровня общительности (В.Ф. Ряховский)

2. Определить тип своей личности (К.Юнг)

3. Тест оценки своего умения слушать

4. Определить уровень своей коммуникабельности

5. Задания на развитие навыков общения

Инструкция.

1. В тетрадях для выполнения практических работ напишите "Практическое занятие №2".

2.Тему: "Методы исследования общения".

3. Укажите учебную цель занятия.

4. Для оформления задания запишите его номер и название.

5. Ответьте письменно на вопосы тестовых заданий №1-4, обработайте результаты, ответы запишите в тетради.

6. Напишите выводы по заданию 5.

**Задание 1. Определите уровень общительности**

***(В.Ф. Ряховский)***

*Инструкция:*Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да»,«нет», «иногда».

* Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли вас ее ожидание из колеи?
* Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
* Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?

4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы никогда не бывали. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?

5. Любите ли вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?

6. Раздражаетесь ли вы, если незнакомый человек на улице обратится к вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?

* Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
* Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
* В ресторане либо в столовой вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
* Оказавшись один на один с незнакомым человеком, вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первый заговорит он. Так ли это?
* Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?
* Боитесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии рассмотрению конфликтных ситуаций?
* У вас есть собственное, сугубоиндивидуальный критерий оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет вы не приемлете. Это так?
* .Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочитаете ли вы промолчать и не вступать в спор?
* Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь собраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
* .Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения (мнение оценку) в письменной форме, чем в устной?

Оценка ответов:

«да» —*2 очка,*

«иногда» — 1 очко, «нет» — 0 очков.

Полученные очки суммируются и по классификатору определяется, к какой категории людей относится испытуемый.

**Классификатор к тесту В.Ф. Ряховского**

**З0—32 очка.**Вы явно некоммуникабельны, и это ваша бед так как страдаете от єтого больше ві сами. Но и близким вам людям нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

**25—29 очков.**Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитает одиночество, поэтому у вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают вас в панику**,**то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством — в вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы приобретаете вдруг полнуюкоммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

**19—24 очка.**Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В ваших высказываниях порой слишком много сарказма без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

**14**—**18 очков.**У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных кампаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у вас раздражение.

**9—13 очков.**Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх мери). Любопытны, разговорчивы, любите высказаться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение у окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, вы можете себя заставить не отступать.

**4**—**8 очков.**Вы должно бить, «рубаха-парень». Общительность бьет из вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные теми могут вызвать у вас мигрень и даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке.Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

**З очка и менее.**Ваша коммуникабельность носит болезненный характер; вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно некомпетентны. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для вас. Людям — и на работе, и дома, и вообще повсюду — трудно ,с вами. Да, вам надопоработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье — такой стиль жизни не проходит бесследно

**Задание 2. Определите тип своей личности**

***(К. Юнг)***

*Инструкция:*На каждый вопрос имеется два варианта необходимо выбрать тот, который подходит вам больше, и г вить букву, обозначающую этот ответ.

1. Что вы предпочитаете?

а) немного близких друзей;

б) большую товарищескую компанию.

2. Какие книги предпочитаете читать?

а) с занимательным сюжетом;

б) с раскрытием переживаний героев.

3. Что вы скорее можете допустить в.работе?

а) опоздание;

б) ошибки.

4. Если вы совершаете дурной поступок, то:

а) остро переживаете;

б) острых переживаний нет.

5. Как вы сходитесь с людьми?

а) быстро, легко;

б) медленно, осторожно.

6. Считаете ли вы себя обидчивым?

а) да;

б) нет.

7. Склоны ли вы хохотать, смеяться от души?

а) да;

б) нет.

8. Каким считаете себя?

а) молчаливым;

б) разговорчивым.

9. Откровенны ли вы или скрытны?

а) откровенен;

б) скрытен.

10. Любите ли вы заниматься анализом своих переживаний

а) да;

б) нет.

11. Находясь в обществе, вы предпочитаете:

*а)* говорить;

б) слушать.

12. Часто ли вы переживаете недовольство собой?

а) да;

б) нет.

а) да;

б) нет.

14. Хотелось бы вам вести интимный дневник?

а) да;

б) нет.

15. Бистро ли вы переходите от решения к исполнению?

а) да;

б) нет.

16. Легко ли вы меняете ваше настроение?

а) да;

б) нет.

17. Любите ли вы убеждать других, навязывать свои взгляды?

а) да;

б) нет.

18. Ваши движения:

а) быстры;

б) замедленны

19. Вы сильно беспокоитесь о возможных неприятностях:

а) часто;

б) редко.

20. В затруднительных случаях:

а) спешите обратиться за помощью к другим;

б) не любите обращаться,

**Обработка результатов**

Показатели экстраверсии: 16,2а, 36,46,5а, 66,7а, 86,9а, 106, На, 26, 1За, 146,15а, 16а, 17а, 18а, 196,20а.

Количество ответов подсчитать и умножить на 5.

Баллы: 0—35 — интроверсия,

36—65 — амбоверсия,

66—100 —экстраверсия.

*Экстраверсия*(«вывернутый наружу»): легки в общении, высокий уровень агрессивности, имеют тенденцию к лидерству, любят быть в центре внимания, легко завязывают контакты, импульсивны, открыт**+к**онтактность, среди контактов могут быть и полезные; судят о людях «по внешности», не заглядывают внутрь; холерики, сангвиники.

*Интроверсия*(«обращенный внутрь»): направлены на мир собственных переживаний, мало контактны, молчаливы, с трудом заводят новые знакомства, не любят рисковать, переживают разрыв старых связей, нет вариантов проигрыша и выигрыша, высокий уровень тревожности и ригидности: флегматики, меланхолики.

**Задание 3. Оцените свое умение слушать**

*Инструкция:*На 10 вопросов следует дать ответы, которые оцениваются:

«почти всегда»

«в большинстве случаев»

«иногда»

«редко»

«почти никогда»

**Перечень вопросов:**

* Стараетесь ли вы «свернуть» беседу в тех случаях, когда тема (или собеседник) неинтересны вам?
* Раздражают ли вас манеры вашего партнера по общению?
* Может ли неудачное выражение другого человека спровоцировать вас на резкость или грубость?
* Избегаете ли вы вступать в разговор с неизвестным или малознакомым вам человеком?
* Имеете ли вы привычку перебивать говорящего?
* Делаете ли вы вид, что внимательно слушаете, а сами думаете совсем о другом?
* Меняете ли вы тон, голос, выражение лица в зависимости от того, кто ваш собеседник?
* Меняете ли вы тему разговора, если он коснулся неприятной для вас теми?
* Поправляете ли вы человека, если в его речи встречаются неправильно произнесенные слова, названия, вульгаризмы?

10. Бывает ли у вас снисходительный тон с оттенком пренебрежения и иронии по отношению к тому, с кем вы говорите?

**Обработка и интерпретация**

*Инструкция:*На 10 вопросов следует дать ответы, которые оцениваются:

«почти всегда»

«в большинстве случаев»

«иногда»

«редко» - 8 баллов

«почти никогда» - 10 балов

* 2 балла,
* 4 балла.
* 6 баллов,
* 8 баллов,
* 10 баллов.

Чем больше баллов, тем в большей степени развито умение слушать. Если набрано более 62 баллов, то слушатель «выше среднего уровня». Обычно средний балл слушателей 55.

**Задание 4. Проверьте уровень своей коммуникабельности**

Выберите один из вариантов ответа:

1. Находись в купе или салоне самолета, вы предпочитаете:

а) обычно молчать, не вступая в контакты с соседями;

б) контактировать по необходимости, но без охоты;

в) инициативно вступать в контакты без всяких затруднений;

г) делиться с незнакомыми своими мыслями.

2. Ваши отношения с друзьями, родственниками поддерживаются:

а) редкими визитами (3—4 раза в год);

б) более частыми визитами (10 раз в год);

в) регулярными взаимными посещениями (чаще одного раза в месяц);

г) еженедельными и более частыми свиданиями.

3. Сколько поздравительных открыток вы получаете в год?

а) 1—5; б) 6—10; в) 11 — 15; г) 16—20 и более.

4.Если вы уже закончили школу (вуз), то судьба скольких ваших товарищей по учебе известна вам подробно?

а) 1—3; б) 4—10; в) 11 — 15; г) 16—20 и более.

5. В среднем у вас уходит на телефонный разговор:

а) 1—3 мин; б) 4—5 мин; в) 6—10; г) от 15 мин и более.

6. Читая (или прочитав) новую книгу, вы обычно:

а) сами обдумываете прочитанное;

б) отвечаете на вопросы о прочитанном, но неохотно;

в) охотно отвечаете на вопросы о прочитанном;

г) инициативно делитесь впечатлением.

7. Во время киносеанса, спектакля, концерта вы обычно:

а) не любите, чтобы при вас кто-то выражал свои впечатления;

б) терпимо относитесь к этому, вам это бывает интересно;

в) иногда перебрасываетесь репликами со знакомыми;

г) не можете все время сидеть молча, стараетесь выразить свое мнение почаще.

8. Встречаясь на улице со знакомыми, вы:

а) если нет срочных дел к ним, киваете и проходите мимо;

б) отвечаете на приветствия и обмениваетесь краткими репликами;

в) не замечаете, кто поздоровался первым, охотно узнаете о новостях;

г) первым останавливаетесь, здороваясь. расспрашиваете, рассказываете о себе.

9. Возвращаясь домой после работы (учебы), выпредпочитаете:

а) молчать; •

б) кратко отвечать на вопросы;

в) расспрашивать своих домашних о новостях, но безохотно, формально;

г) заинтересованно расспрашивать и рассказывать о себе. Обижаетесь, если вас не спрашивают или отвечают односложно.

10. Находясь в чужом городе (в незнакомом районе) и разыскивая нужное вам учреждение, адрес которого вы не знаете (известно, что оно должно быть «где-то недалеко» от места, где вы сошли только что с автобуса), вы обычно предпочитаете:

а) обойти ближайшие улицы, самостоятельно разыскивая нужное вам;

б) определить среди прохожих («на глаз») местного жителя, задать ему вопрос, а в случае неудовлетворенности ответом продолжать самостоятельный поиск;

в) останавливать прохожих просьбой о помощи, испытывая чувство неловкости;

г) прибегать к помощи оптимального числа прохожих, не испытывая смущения.

11. Во время прогулки по городу, парку, за городом вы предпочитаете:

а) одиночество;

б) общество одного человека;

в) общество нескольких друзей или близких;

г) общество многих людей (коллективные вылазки, культпоходы и пр.).

12. Заметив на знакомом (близком родственнике) обновку, вы:

а) оцениваете ее молча;

б) высказываете мнение, если спрашивают;

в) инициативно высказываете мнение;

г) расспрашиваете о цене, о том, где обновка приобретена, просите показать ее «на проходе», комментируете ваши впечатления.

13. При чтении художественной литературы вы обычно:

а) предпочитаете короткое стихотворение, новеллу;

б) цикл стихов, сборник новелл;

в) читаете обстоятельные романы и поэмы, которые заслужили авторитет критики, значительны по теме и пр.

14. Попав случайно в незнакомую компанию, вы:

а) чувствуете себя чрезвычайно стесненно, хотите уйти;

б) внутренне хотите остаться, контактируете, но без особого желания;

в) рады новым знакомым, инициативно контактируете;

г) чрезвычайно рады новым людям, стараетесь узнать о них подробно и показать себя с лучшей стороны.

15. Если вы пишете стихи, рассказы, дневники и пр., то вы обычно:

а) не делитесь написанным ни с кем;

б) иногда делитесь частью написанного с тем, кому особо доверяете;

в) охотно читаете написанное, если вас об этом просят;

г) инициативно читаете написанное, так как вам интересно мнение других. Отрицательное мнение или явно сдержанная похвала вас в определенной мере огорчают.

16. Когда вас в гостях угощают неким новым блюдом, поправившимся вам, вы обычно:

а) едите с удовольствием, но не высказываете своего мнения;

б) можете инициативно одобрить, но предпочитаете ответить на вопрос;

в) не дожидаясь вопроса, сами хвалите блюдо;

г) не только хвалите, но и расспрашиваете о рецепте, говорите, что сами впредь будете по возможности есть то же, что приготовите, попросите приготовить своих домашних и пр.

17. Подчеркните лучший тип заголовка (не произведение, не данный заголовок, а его тип):

а) ссора;

б) ссора соседей;

в) глупая ссора соседей;

г) повесть о том, как поссорился Иван Иванович с Иваном Никифоровичем.

18. Если вы замечаете, что кто-то из ваших хороших знакомых чересчур словоохотлив, то вы:

а) можете намекнуть ему на это, так как данный недостаток вас серьезно раздражает;

б) не особенно реагирует на словоохотливость других;

в) любите послушать, лишь бы было интересно;

г) сами словоохотливы, и сходное качество собеседника позволяет вам выразить себя.

19. На вопрос: «Который час?» в ситуации, когда у вас нет при себе часов, вы ответите, вероятнее всего, так:

а) «Не знаю»;

б) «Не знаю, у меня нет часов, извините»;

в) «С удовольствием бы ответил, но у меня, к сожалению, нет при себе часов»;

г) «Я бы с превеликим удовольствием ответил на ваш вопрос, но у меня сейчас часы в ремонте, я сам испытываю большие неудобства, но что же делать?»

20. Во время публичной лекции (доклада, выступления) в случае, если тема вам интересна, а выступающий высказывает спорные или неверные, на ваш взгляд, мысли, вы обычно:

а) испытываете некоторое желание возразить, но не реализуете его;

б) испытываете желание высказаться, но без досады реагируете на обстоятельства, помешавшие вам реализовать свое желание;

в) свободно можете реализовать свое желание с помощью записки;

г) добиваетесь возможности публично возразить докладчику.

21. Прочитав дискуссионную статью в газете (журнале) по теме, вас волнующей, вы обычно:

а) думаете о том, что могли бы выступить в дискуссии, но не принимаетесь за статью, письмо и пр., постепенно забывая о своем намерении;

б) обдумываете свой возможный ответ, статью, набрасываете план, собираете материал, составляете черновик, но не слишком огорчаетесь, если что-то помешало вам довести дело до конца;

в) пишете статью (письмо в редакцию), отсылаете, но не принимаете близко к сердцу отказ опубликовать;

г) в случае отказа опубликовать ваш материал снова пишете в редакцию, посылаете новый вариант. Трудность выразить публично свое мнение вас серьезно задевает.

22. Подчеркните желательное для вас качество *в*ваших собеседниках:

а) крайняя сдержанность;

б) контактность, направленная преимущественно на вас;

в) заметная общительность;

г) неограниченная контактность.

23. Оцените сами себя, подчеркнув в нижеследующем перечне свойственный вам доминирующий уровень общения (коммуникабельности):

а) низкий;

б) близкий к среднему;

в) довольно высокий;

г) высокий, приближающийся к наивысшему.

**Ключ к тестовому заданию**

Задание, состоящее из 22 серий вопросов, рассчитано на искренние, серьезные реакции читателей, тем более что, кроме них самих и их близких, никто не может вмешиваться в оценки или узнать их результаты.

В каждой серии имеется четыре позиции, т. е. четыре существенных характеристики коммуникативных проявлений испытуемого. Эти характеристики расположены в порядке убывания уровня коммуникативной активности, причем каждому пункту (позиции) приписывается для исчисления по два очка. Это значит, что характеристика «а» составляет 2 очка, «б» — 4, «в» — 6, «г» — 8.

Если испытуемый подчеркивал все время пункт «а», то оценка его коммуникабельности находится путем перемножения 22 на 2, т. е. равна 44. Это соответствует низкому уровню.

При подчеркивании пунктов «б» «в» и «г» получается — соответственно —22-4 (88), 22 • 6 (132), 22 • 8 (176) очков, означающих «уровень, близкий к среднему», «к высокому» и «наивысшему, чаще избыточному». Как правило, реальнее число пунктов находится в соответствующих интервалах между крайними числами, редко достигая 176. Тем, кто набрал это число или близкое к нему, следует больше следить за собой в общении, сдерживая себя, внимательно изучать реакцию окружающих и корректировать свою манеру общения в сторону понижения ее активности.

Испытуемые, набравшие **от 125 до 150 очков,**обладают хорошей активностью общения, близкой к классической экстравертности.

Если вы набрали **44**—**60 очков,**надо научиться общаться активно, иначе ваша интровертность помешает (иуже мешает) вам и вашему окружению при контактировании. Заставляйте себя вступать в общение постепенно, не реагируйте болезненно на неудачи и помните, что они заметны больше вам самому, чем другим. Подражайте (не бездумно, конечно) тем, кто, по вашему мнению, более активен в общении.

При числе очков **между 70 и 100**надо также сознательно повышать уровень активности в общении, но не слишком пересиливая себя.

Задание 23 имеет своей целью помочь вам правильно оценить разницу между объективным вашим уровнем коммуникабельности и вашей оценкой его. Например, если вы реально набрали 70 очков, а подчеркнули в заданий пункт «в», то вам следует больше доверять объективному показателю, чем своему собственному впечатлению о себе; вам надо сделать соответствующие выводы о совершенствовании своих возможностей общаться.

**Задание 5. Развиваем навыки общения**

Прежде чем приступить к развитию навыков общения, необходимо создать в группе такую атмосферу взаимоотношений, которую называют «дух беседы и игры», постараться стать организатором развлекательного общения. Даже если тесты показали, что уровень коммуникабельности и чувство юмора у вас далеки от идеала, преодолейте свою обычную застенчивость ради товарищей. Каждый помнит, как собравшихся весело провести время гнетет «человек в футляре», зануда и нытик.  Посмотрите на себя со стороны: вы ведь отнюдь не таковы, вы веселы и раскованны, рады всем и готовы доставить им удовольствие.

**Упражнение 1. Первое знакомство**

Ведущий объясняет, что иногда обстоятельства складываются так, что приходится встречаться с совершенно незнакомым человеком. Вы договариваетесь по телефону о дне, времени, месте встречи и о приметах, по которым вы узнаете друг друга. Это может быть яркий пиджак, спортивная газета и т. п. Ведь так обычно и поступают люди.

На занятии надо попытаться уйти от этого стереотипа, т. е. описать себя так, чтобы человек, которого вы встречаете, сразу вас узнал. Это может быть ваша привычка поправлять очки, теребить правой рукой мочку уха или необычная деталь походки и пр.

Индивидуальная работа длится 3—5 мин. Затем члени группы могут. сесть в большой круг и зачитать по очереди написанное или сдать свои листы с описанием «портрета» ведущему, который, перемешав их, зачитывает текст. Участники должны узнать по этому описанию, чей же это портрет.

**Упражнение 2. Кто я?**

Каждому участнику группы раздаются карандаши и бумага. Ведущий дает инструкцию: «Напишете в столбик цифры от 1 до 10 и против каждой цифры дайте ответ на один и тот же вопрос: «Кто я?» Постарайтесь быть искренними, откровенными, учитывайте свои интересы, положительные и отрицательные качества. После того как закончите составлять перечень ответов, приколите лист на грудь и ходите медленно по комнате, читая, что написано на листе каждого, и позволяя читать свой перечень».

В качестве варианта один из участников может прочесть свой перечень ответов громко для всей группы. Занятие оканчивается обменом мнений.

**Упражнение 3. Завоевать внимание**

Всем участникам предлагается выполнить одну и ту же простейшую задачу. Любыми средствами, не прибегая, конечно, к физическим воздействиям и местным катастрофам, постарайтесь привлечь  к себе внимание окружающих. Задача усложняется тем, что одновременно ее стараются выполнить все участники игры. Определите, кому это удалось и за счет каких средств. Итак, все участники игры пытаются обратить на себя внимание как можно большего числа играющих. Начали! Подсчитываем, в заключение, кто привлек внимание большего числа участников игры.

Напишите вывод по клише.

В результате выполнения задания 5 я изучил(а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Я приобюрел(а) опыт практической деятельности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Приобретенные знания и опыт деятельности я смогу применить в реальной жизни.