**Конспект тренинга**

**«Дружный, творческий, работоспособный коллектив – это мы!»**

**Цель:** навыков самоустранения психологических барьеров, ограничивающих эффективность общения.

**Задачи:**

* развитие навыков вербального и невербального общения, навыков эффективного слушания;
* введение общегрупповых игровых процедур, помогающих формированию уверенного поведения.
* преодоление психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению;

**«Игра-приветствие»**

1. **Притча « Рай и ад» (импровизация+анализ)**

Однажды мудрец попросил Господа показать ему рай и ад. Господь подвел мудреца в помещение, где дрались, плакали и страдали голодные люди. Посреди комнаты стоял большой котел с вкусной едой. У людей были ложки, но с длинными ручками, поэтому было невозможно попасть ею в рот.

«Да, – это настоящий ад!» – говорил мудрец. Далее они зашли в следующее помещение. Все люди там были сыты и веселы. Мудрец присмотрелся к ним и увидел такой же котел и точно такие ложки. Что же сделало их жизнь райской?

– Они научились кормить друг друга, умело взаимодействовать между собой.

Выводы:

Нужно понимать друг друга, уметь находить компромисс в любой ситуации, не ставить свои интересы над интересами других.

Коллектив – одна семья, единое целое.

Человека следует воспринимать таким, какой он есть, со всеми его достоинствами и недостатками.

Критика нужна, но конструктивная и с учетом особенностей восприятия ее каждым лицом.

1. **Упражнение «Фруктовый салат»**

**Ход:** Ведущий делит всех участников на 3 группы: яблоки, бананы, груши. Игроки стоят в кругу, ведущий в центре. Он называет какой-либо из трех фруктов – игроки с таким названием должны поменяться местами. Если называется «Фруктовый салат», то местами должны меняться все.

**3. «Рисунок на спине»**

**Ход:** «А сейчас мы с вами порисуем на спине. Нам необходимо построиться колонной, каждый участник при этом смотрит в спину своего товарища. Я сейчас нарисую картинку и спрячу, затем такой же рисунок я изображу пальцем на спине у того кто стоит последним в колонне. Ваша задача, постараться почувствовать и передать как можно точнее этот рисунок дальше, до самого первого. А первый затем воспроизведет этот рисунок на бумаге, в конце мы сравним этот рисунок с первоначальным вариантом. Итак, начали».

**4. Упражнение «…, зато ты»**

**Ход:** каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «…, зато ты…» и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь анекдоты).

**5. Упражнение «Анонимное послание»**

**6. «Прощание»**

Учитесь управлять собой.

Во всем ищите добрые начала.

И, споря с трудною судьбой,

Умейте начинать сначала,

Споткнувшись, самому вставать,

В себе самом искать опору

При быстром продвиженье в гору

Друзей в пути не растерять…

Не злобствуйте, не исходите ядом,

Не радуйтесь чужой беде,

Ищите лишь добро везде,

Особенно упорно в тех, кто рядом.

Не умирайте, пока живы!

Поверьте, беды все уйдут:

Несчастья тоже устают,

И завтра будет день счастливый!

**Совместная песня «Позади крутой поворот».**

**1 куплет**

Руку мне дай на середине пути

Руку мне дай нам еще долго идти

Пусть на пути мы иногда устаем

Все же идти нам будет легче вдвоем

***Припев***

Позади крутой поворот позади обманчивый лед

Позади холод в груди позади

**2 куплет**

Мир так велик и не кончается путь

Только на миг можно ресницы сомкнуть

И стороной нам не пройти не свернуть

Только порой можно устало вздохнуть

***Припев***

Позади крутой поворот позади обманчивый лед

Позади холод в груди позади

**2 куплет**

Мир так велик и не кончается путь

Только на миг можно ресницы сомкнуть

И стороной нам не пройти не свернуть

Только порой можно устало вздохнуть

***Припев***

Позади крутой поворот позади обманчивый лед

Позади холод в груди позади