

О курсе «Мастер коммуникации». 1-й модуль Юлия Москалёва

Цель курса: научиться корректно и свободно общаться со сверстниками и взрослыми; строить грамотную, понятную, эмоционально окрашенную, выразительную речь, улучшить навыки эффективного общения.

Программа курса:

День первый

Эффективное общение

- Эффективное общение. Методы и средства.
- Упражнения на проработку информации: обсуждение, работа в парах
- Личностный компонент в общении. Обсуждение
- Диагностическая методика на выявление коммуникативных способностей (КОС)
- Общение и умение слушать
- Невербальные средства общения (мимика, интонации, жесты, позы).

Домашнее задание: найти интересные фото, отрывки видео с примерами различных эмоций.

День второй

Эмоциональный компонент общения.

- Метод короткой беседы Small Talk
- Эмоции и их виды
- Круг эмоций
- Проявление эмоций и чувств
- Распознавание эмоций людей (использование демонстрационного материала)
- Упражнение «Угадай эмоцию». Работа в парах, работа в группе

Домашнее задание: подготовить рассказ о человеке, который является мастером общения.

День третий

Барьеры в общении. Разрешение конфликтных ситуаций

- Причины конфликтов. Методы решения. Способы поведения в конфликтных ситуациях
- Диагностическая методика на выявление способа поведения в конфликте. (М. Томаса)
- Отработка навыков уверенного поведения в конфликтной ситуации.
- Конфликты в социальных сетях. Грамотный выход из проблемы.

Домашнее задание: подготовить небольшой рассказ о себе на выбранную тему и подготовить вопросы для других участников.

День четвертый

Работа в команде

- Особенности взаимодействия с аудиторией (группа людей)
- Работа в команде. Организация совместной деятельности
- Создание проекта в группе
- Подведение итогов занятий

О курсе «Мастер коммуникации». 2-й модуль Юлия Москалёва

Цель курса: научиться корректно и свободно общаться со сверстниками и взрослыми; строить грамотную, понятную, эмоционально окрашенную, выразительную речь, улучшить навыки эффективного общения.

Программа курса:

День первый

Коммуникативная компетентность

- Установление контакта, знакомство, ведение разговора
- Нюансы общения с ровесниками, родителями и другими взрослыми
- Техники активного слушания. Эмпатическое слушание
- Тест на умение слушать
- Как формулировать свои мысли так, чтобы Тебя понимали?
- Каналы восприятия и передачи информации

День второй

Виды влияния и психологическое противодействие влиянию

- Приемы управления вниманием слушателей
- Манипуляции и защита от них
- Распознавание людей, общение с которыми энергетически выматывает
- Как справляться с негативными эмоциями
- Развитие самомотивации

День третий

Уверенное поведение – основа эффективного общения

- Психологические эффекты взаимодействия людей и психологическая совместимость
- Стратегии поведения и стили взаимодействия
- Тест на уверенное поведение
- Тактики поведения (уверенная, неуверенная, агрессивная)
- Отработка видов поведения в различных ситуациях (упражнения)

День четвертый

Лидерское поведение в общении

- Выявление и развитие лидерских качеств
- Техника критики без критики. Учимся указывать людям на их ошибки, не вызывая конфликтов и напряжения во время общения
- Лидерское принятие и похвала
- Упражнение «Лестница достижений»
- Проект «Движение к целям»
- Подведение итогов занятий