

**ГКОУ РО Матвеево-Курганская
школа-интернат**

Диалог-тренинг

"Поделись улыбкою своей!"

**Педагог-психолог
Луговская О.Д.**



Девиз: Поделись улыбкою своей...

Цели и задачи:

- Развивать коммуникативные способности школьников, умение общаться в парах, коллективе;
- Дать учащимся представление о том, что такое улыбка, в чём её секреты (значение улыбки для здоровья человека);
- Воспитывать нравственные ценности, уважение детей друг другу;
- Учить кратко, говорить;
- Выслушивать мнение других, доказывать свою точку зрения;
- Дать возможность детям продемонстрировать себя с хорошей стороны как коллектив (сплочённость, организованность, доброту, умение сработаться)
- Создать положительный настрой на дальнейшую совместную деятельность.
 - развивать психические процессы: восприятие, произвольное внимание, долговременную память;
 - воспитывать стремление оказать помощь в различных ситуациях; развивать эмпатию;
 - воспитывать умение чувствовать своего партнёра, развивать умение работать в парах;
 - социализировать ребёнка, через совершенствование коммуникативных навыков; учить получать эмоциональное удовлетворение от успехов и достижений других членов коллектива.

Ход занятия

1. Организационный момент. Психологический тренинг.

– Дорогие ребята, сегодня у нас несколько необычная встреча. Тему её вы определите сами, но немного позднее. Я долго думала, с чего бы начать. И решила, начнём вот с чего...

– Возьмите в руки 1 карандаш (фломастер). Попробуйте вместе (парой) нарисовать любую одну картину. Подпишите её. (Дети вдвоём, держа в руках

1 карандаш, рисуют любую картину на одном листочке, пока звучит весёлая музыка)

– Расскажите, что вы нарисовали.

– Удалось ли вам это сделать хорошо?

– Было легко или трудно выполнять эту работу? Объясните, почему?

– А как надо было поступить, чтобы результат был более успешным?

(Надо было сначала обсудить, что будем рисовать, как рисовать, т.е. надо было вступить в общение друг с другом)

2. Введение в тему занятия. Что такое общение? Тема и цель занятия.

– Ребята, а что такое **ОБЩЕНИЕ**?

Опрос учащихся. Выслушиваются варианты ответов.

- (Это обмен информацией)
- (Общение это когда разные люди обсуждают что-то их всех интересующее.)
- (Это общение между 2, 3, 4 людьми)

Научное определение из словаря практического психолога: общение – сложный процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий понимание друг друга, обмен информацией, взаимодействие.)

– Что помогает общению друг с другом?

Подготовленные картинки на магнитах

- (**Речь, позы, мимика, жесты т. д.**)

– Итак, ребята вы уже, наверное, поняли, о чём мы сегодня поведём разговор.

– Мы поговорим о том, как можно общаться, как улучшить своё настроение, как приобрести друзей и добиться успеха в жизни, как научиться влиять на других И ВСЁ ЭТО С ПОМОЩЬЮ УЛЫБКИ.

Итак, тема нашего разговора:

СЕКРЕТЫ УЛЫБКИ. В ЧЁМ ОНИ?

3. Творческая работа. Мастерская сказки.

– Вы, конечно, любите слушать всякие истории и умеете придумывать их сами.

Итак, начнём творить сказку.

В одном маленьком городе жила-была Улыбка. Она была такая... (добрая, весёлая, жизнерадостная, красивая и т.д.) что все люди были рады видеть её у себя в доме (продолжите дальше...)

Они приглашали Улыбку к себе в гости, старались её угостить, развеселить и подружиться с нею.

А Улыбка ... (рада была прийти в гости, пообщаться с людьми, развеселить их, помогала людям поднять настроение. И старалась никого не обидеть).

Но вот однажды ... (в городе появился очень странный человек. Он был угрюм, невесел, не хотел ни с кем общаться. Сахар ему казался несладким, молоко небелым, солнце – неярким, хлеб – сырым, а все дети – непослушными. Он сердился на всех и на всё).

Закончите сказку позитивно!

– **Выслушиваются ответы учащихся**

– Опишите поведение угрюмого, невеселого человека, который не хотел общаться (**Старый, угрюмый, злой, с костылем в руках, топал ногами, кричал, ругался, пыхтел, хмурил брови, рычал, надувал щёки**).

Как помочь этому человеку развеселиться, поменяться:

Выслушиваются ответы учащихся:

1. Развеселить
2. Пригласить в гости
3. Устроить праздник
4. и т.д.

– **Что вы, ребята, чувствовали, когда улыбались?** (Высказывания детей)

4. В чём секреты улыбки? Обобщение.

– *Так в чём же секреты улыбки попробуем их разгадать.* (Высказывания детей)

– Секрет 1. Когда люди улыбаются, они становятся красивыми.

– Секрет 2. Учёные подсчитали, что 80% успеха в жизни зависит от умения общаться с улыбкой.

– Секрет 3. Важно уметь улыбаться, т.к. это помогает доброжелательно относиться друг к другу, добиваться расположения собеседника, помогает приобрести друзей.

– Секрет 4. С помощью улыбки можно улучшить своё настроение и настроение окружающих. Когда человек улыбается, в кровь поступают особые вещества – гормоны, которые отвечают за хорошее настроение.

– Секрет 5. Говорят, что 5 минут смеха продлевает жизнь человека на 1 год. А отрицательные эмоции (обида, злоба, недовольство) вызывают болезни. Хандра приводит к смерти.

– Разрешите мне дать вам один совет:

СТАНЬТЕ СЕБЕ ЛУЧШИМИ ДРУЗЬЯМИ, УЛЫБАЙТЕСЬ ЧАЩЕ!

6. Люди улыбаются по-разному.

– Люди улыбаются по-разному..

– Посмотрите на эти картинки (на экран выводятся фото детей, на которых запечатлены разные виды эмоций).

– **О чём говорят вам эмоции детей на этих картинах?**

– тоска;	
– уныние;	
– зависть;	
– печаль;	
– отвращение;	
– ревность;	

– равнодушие;	
– страх;	
– неприязнь.	

6. Итог занятия. Домашнее задание. Рефлексия.

– Вот и подошло к концу наше занятие. О чём же мы с вами говорили?

– Что нового вы узнали?

– Чему научились?

– Что вы получили от этого занятия?

– Какие выводы вы сделали для себя?

– Улыбка и смех – показатель здоровья, стабильности успеха в личной жизни. Если вы чувствуете, что улыбок вам в жизни не хватает, попробуйте изменить себя и посмотреть на окружающих с улыбкой. Сегодня мы живём в суетном, усталом и беспокойном мире. И когда наш взгляд падает на улыбающееся добродушное лицо, на душе становится теплее. Постарайтесь сделать так, чтобы окружающим вас людям было приятно с вами общаться, смотрите на мир радостно, по-доброму, ибо только это достойно человека.

– Как вы думаете, только ли люди могут улыбаться? (Улыбаются ли животные, растения, облака, Земля?)

– Попробуйте нарисовать улыбку Земли.

Не стой в стороне равнодушно,

Когда у кого-то беда.

Рвануться на выручку нужно

В любую минуту, всегда!

И если кому-то поможет

Улыбка твоя, доброта –

Ты счастлив, что день

Не напрасно был прожит,

Что годы живёшь ты не зря!

7. Рефлексия.

– Перед вами смайлики с изображением настроения. Возьмите один смайлик, который соответствует вашему настроению и повесьте его на дерево эмоций.

– Удалось ли вам выполнить эту работу в паре?

(Воэто время звучит песня «Улыбка», дети подпевают)

– Стань себе лучшим другом, поделись улыбкою своей, и она к тебе не раз ещё вернётся!

Спасибо всем, всего хорошего.