

Практичне заняття.

Інтерактивні вправи і техніки гендерного заходу .

Навчальна мета: формувати уміння використовувати інтерактивні вправи у тренінговій роботі з гендерного виховання.

Вправи, які вивчатимуться:

1. Крок назустріч : · 10 хвилин
2. Слухати і чути (активне слухання). -20 хвилин
3. Телефон зламався (переформулювання) 15 – 25 хвилин

Методичне забезпечення:

Вправа «Крок назустріч».

Мета:

- Вчитися справлятися з проблемною ситуацією, не застосовуючи насильницьких методів.
- Побачити, що успішне спілкування, подолання нерозуміння – це зусилля обох сторін.

Об'єднати групу в пари і попросити усіх присутніх стиснути кулак і показати його одне одному. Після цього запропонувати протягом однієї хвилини зробити так, щоби людина навпроти розтиснула кулак. Для цього можна використовувати лише словесні переконання, не застосовуючи щодо кулака чи людини фізичних дій.

- Через одну хвилину зупинити процес і опитати групу:
 - Що почували: всі, хто бачили переді собою кулак? всі, хто тримали кулак? ті, хто тримали кулак і розтиснули? ті, хто тримали кулак і не розтиснули? ті, хто намагалися розтиснути кулак і розтиснули? ті, хто намагалися розтиснути кулак і не розтиснули?
 - Чому так сталося?
- 4. • Обговорити, - Чи можна справитися з проблемною ситуацією, не застосовуючи насильницьких методів? - Від кого залежить, розкриється кулак чи ні? - Для чого ми робили цю вправу? - Де вона може

знадобитися? Для чого? - Чому вправа називається “Крок назустріч”? -

Хто його робить?

Вправа. Слухати і чути (активне слухання). 20 хвилин

Мета:

- Удосконалювати комунікативні навички, свідоме слухання з метою підтримки тих, хто говорять.

- Вчитися аналізувати складові спілкування, зокрема, в процесі слухання

- Відпрацювати техніки активного слухання

- Спитати в групі, - Який вигляд має людина, яка добре слухає. •

Початковий перелік ознак можна зібрати кількома способами: під час мозкового штурму у великій групі, спочатку індивідуально чи в малих групах, а тоді вже знов у великій групі.

- Порівняти основні принципи Активного Слухання з переліком, отриманим в групі.

- Нагадати, що Активне Слухання – це техніка. Уважно, “добре” слухати можна як з повним дотриманням цієї техніки, так і лише з частковим. При частковому дотриманні техніки слід пам’ятати про можливу негативну реакцію з боку тих, кого ви слухаєте. • Об’єднати групу в пари. • Попросити спочатку одну “сторону” пари протягом двох хвилин розказати іншій “стороні” щось позитивне, наприклад, на тему “Минулого тижня сталося...” “Нещодавно в мене добре вийшло...” “Людина, яку я поважаю, і чому” “Найщасливіший день у моєму житті “

- Слід пам’ятати про основні принципи й не говорити про себе погано або критикувати чи вносити елементи недосконалості, непевності.

- По закінченні спитати, - Які враження та відчуття від проведеної вправи?

- Що було робити легше – говорити, слухати чи переповідати?

Вправа «Переформулювання»:

Мета:

- Вчитися аналізувати складові спілкування, зокрема, в процесі мовлення.

- Вчитися аналізувати власні навички мовлення та вдосконалювати їх.
- Отримати знання про причини втрати чи перекручування інформації
- Попросити добровольця за одну хвилину розповісти якомога детальніше, точніше і повніше якусь велику за обсягом інформацію (власну біографію, фільм, ритуал, традицію, тощо).
- Подякувати цій людині і попросити її розповісти про свої почуття під час розповіді.
- Чи просто було розповідати? Якщо ні, то що саме вам перешкоджало?
- Попросити інших присутніх в групі додати, що саме, на їхній погляд, могло б зробити інформацію більш повною, детальною і точною.
- Надати групі інформацію про можливі втрати і викривлення інформації в процесі спілкування.
- Запитати групу чому може навчити така вправа?

Пам'ятати про необхідність уточнення інформації з першоджерела та зменшення ланок, через які ця інформація передається.

- Об'єднати групу в кілька малих груп, щоби в кожній малій групі було від 4 до 7 осіб. Дати в кожному групу написане на аркуші паперу речення (це може бути прислів'я, слова відомої пісні, крилатий вислів тощо).
- Попросити переформулювати написане) іншими словами, намагаючись зберегти зміст (підбір слів-синонімів, синонімічних конструкцій, порівнянь, тощо). Після цього слід загорнути папірець, щоби щоразу залишалось для прочитання лише попереднє речення. Якщо інформація передається усно, то передається лише змінене речення.
- Для динамічності вправи можна запропонувати по одній хвилині на кожне переформулювання, повідомляючи присутнім після кожної хвилини про те, що вона закінчилася.
- Прочитати кінцеві речення і порівняти їх з першим.
- Попросити прослідкувати шлях переформулювання речення в кожній групі.
- Запитати, - Які висновки можна зробити після цієї вправи? - Що може статися внаслідок неточного передання інформації? - Як можна запобігти цього? - В яких ситуаціях дуже важливе адекватне переформулювання? - Що можна зробити, щоби

інформація була передана точно? - Чи були в когось ситуації в житті, коли ваші слова були невірно переформульовані? Які були наслідки? - Чи були в когось ситуації, коли ви самі невірно передали чийсь слова? Чому? Які були наслідки? • Зробити підсумок. Висновок: Наголоси, які можна зробити: уповноважена людина має відповідальність за інформацію, яку вона поширює.

Рекомендована література.

1. Не крадіть конфлікти, краще полюбіть їх і відпустіть / За заг. редакцією О. Суислової. К.: Москаленко О.М., 2015. 80 с.

URL. http://www.wicc.net.ua/media/ne_kradit_konflikty_2015.pdf