**СТУДЕНТАМ, МАГИСТРАНТАМ, АСПИРАНТАМ**

**НАЧАЛСЯ НАБОР НА ТРЕНИНГОВУЮ ПРОГРАММУ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИКЛИНИКЕ АПП ЮФУ (НАГИБИНА,13, 1 ЭТАЖ)**

**Начало занятий по мере формирования группы.**

**Запись по телефону: 89515198278 (Каринэ Артемовна) или** **psyclinic@sfedu.ru**

 ***Тренинговая программа «Я и другие: искусство общения» (технологии вербальной и невербальной коммуникации)***

Общение – это сложный и многоплановый процесс, который заключается не только в передаче информации. Тренинг позволит раскрыть многоплановость этого процесса, познакомит с техниками активного слушания, расширит репертуар коммуникативного поведения (речевого и неречевого), научит избегать типичных барьеров в коммуникации, видеть манипуляции и контролировать разговор с собеседником.

***Цель тренинга***: развитие коммуникативной компетентности, овладение навыками эффективного общения.

**Задачи:**

- обучениенавыкам установления и поддержания доверительного контакта;

- развитие способностей к анализу вербального и невербального поведения партнеров по коммуникации;

- овладение навыками активного слушания;

*-* развитие навыка контроля собственного эмоционального состояния и состояния партнера в общении, контроль и блокировка возможных барьеров;

- овладение грамотной речью и навыками убеждения, уверенного построения разговора;

- развитие навыков преодоления манипуляции в общении;

- осознание собственного индивидуального стиля общения.

**Программа рассчитана на 10 занятий по 2 часа. Количество участников 10 – 14 человек.**

| **Этапы** **тренинга** | **Цели и задачи тренингового занятия** |
| --- | --- |
| **Начальный этап** | * Знакомство, снятие напряжения.
* Введение в коммуникативную компетентность.
* Расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения.
* Отработка навыков понимания других людей.
* Овладение навыками эффективного слушания.
* Активизация процесса самопознания и самоактуализации.
 |
| **Основной этап**  | Вербальное и невербальное общение: правила, принципы, особенности | * Вербальное общение: установление контакта, умение вести беседу.
* Самопрезентация в общении.
* Невербальное общение.
* Сигналы тела: технология управления. Саморегуляция позы, мимики в процессе общения.
 |
|
| Эмоции в общении, контроль и блокировка коммуникативных барьеров.Убеждение и уверенное поведение в общении. | * Эмоции в общении и их контроль.
* Коммуникативные барьеры и работа с ними.
* Способы поведения в недружелюбной среде.
* Технология убеждения в общении.
* Методы ведения и управление беседой.
* Искусство публичных выступлений. Работа с аудиторией.
 |
|
|
| Осознание собственного индивидуального стиля общения | * Индивидуальный стиль в общении и модели поведения в общении.
* Самовыражение в процессе общения, достижение собственных целей.
* Расширение диапазона творческих способностей.
* Общение в разных профессиональных сферах.
 |
|
|
|  |  |  |
|  | **Заключительный этап** | * Снижение тренингового напряжения.
* Рефлексия приобретенных знаний, умений и наыков.

Завершение программы. |

**Дополнительную информацию можно посмотреть на сайте АПП ЮФУ, Психологическая поликлиника** [**http://app.sfedu.ru/psyclinic**](http://app.sfedu.ru/psyclinic) **(ВНИМАНИЕ! НА САЙТЕ МОЖНО ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ И ПОЛУЧАТЬ РАССЫЛКУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ), mail to:** **psyclinic@sfedu.ru**



**Эксакусто Татьяна Валентиновна**

### Кандидат психологических наук,  доцент кафедры психологии и безопасности жизнедеятельности Института компьютерных технологий и информационной безопасности Южного федерального университета, руководитель Центра психологической безопасности личности, г.Таганрог. Автор книги «Тренинг позитивного мышления: коррекция счастья и благополучия / Т. В. Эксакусто. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. - 427 с. ( Серия "Психологический практикум").

### Психолог-тренер групп уверенного поведения с 1997 г., коуч-консультант с 2004 г. Проходила обучение по программе «Клиническая психология» в 2003 г.; по программе Института психологической интеграции «Баланс» (Institut psichologischer integration) в г. Нюрнберг (Германия) в 2004 г.