


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Мурманский арктический государственный университет»
(ФГБОУ ВО «МАГУ»)

**Тематический план мероприятий школы
«Эффективная коммуникация» МАГУ
на 2017-2018 учебный год**

УТВЕРЖДЕНО
ученым советом ППИ
(протокол № 1 от 29.09.2017г.)
Председатель ученого совета ППИ, директор
 Кузьмичева Т.В.
« 29 » сентября 20 17 г.



г. Мурманск

**Тематический план мероприятий школы «Эффективная коммуникация»
МАГУ на 2017-2018 учебный год**

№	Тема	Аудиторные часы		Самостоятельная работа	Форма практического занятия	Часы на подготовку
		лекции	пр. занятия			
Модуль 1. Психология общения						
1	Общение. Барьеры общения	2	4	6	тренинг	6
2	Формирование навыков эффективного общения	2	4	6	деловая игра	6
3	Деловые коммуникации	2	4	6	деловая игра	4
4	Эффективные коммуникации в переговорах	2	4	6	дебаты	4
5	Межличностное понимание	2	2	6	кейсы	3
6	Манипуляции и давление в переговорах	2	4	8	деловая игра	4
Итого		12	22	38		27
Модуль 2. Развитие эмоционального интеллекта						
1	Навыки сохранения ресурсного состояния	2	4	6	тренинг	6
2	Стресс-менеджмент и навыки саморегуляции	2	6	8	тренинг	6
3	Навыки управления эмоциями	2	4	8	кейс	6
4	Управление конфликтами	2	6	8	деловая игра (психологический театр)	6
5	Управление отношениями	2	4	8	деловая игра	6
Итого		10	24	38		30
Модуль 3. Ораторское искусство						
1	Работа с информацией	2	2	6	кейс	3
2	Ораторское мастерство: приемы словесной импровизации	2	6	8	тренинг	4
3	Эффективная самопрезентация	2	6	8	деловая игра	6
4	Эффективное резюме	2	4	8	деловая игра	3

5	Публичное выступление	2	6	8	деловая игра	6
Итого		10	24	38		25
Модуль 4. Командообразование						
1	Планирование времени и карьеры	2	4	4	кейс	4
2	Алгоритмы критического мышления	2	2	2	кейс	4
3	Личная мотивация и мотивация группы	2	6	3	тренинг, деловая игра	6
4	Цели и ценности группы. Теория поколений	2	4	3	деловая игра	4
5	Лидерство как групповой процесс	2	4	2	кейс, тренинг	3
6	Выработка и принятие решения	2	8	4	деловая игра	6
7	Командная работа и сотрудничество	2	8	4	деловая игра	6
Итого		14	36	22		33

Содержание мероприятий школы «Эффективная коммуникация»

Модуль 1. Психология общения

Общение. Стороны общения. Восприятие себя и влияние на процесс коммуникации особенностей самовосприятия. Особенности восприятия партнера по коммуникации. Ошибки восприятия. Ошибки коммуникации. АБС – анализ. Мастерство коммуникации. Манипулятивные технологии: возможности и ограничения.

Модуль 2. Развитие эмоционального интеллекта

Распознавание эмоций и понимание намерений других людей. Управление собственными эмоциями и состояниями. Оказание влияния на эмоции и состояния окружающих. Повышение эмоциональной устойчивости (стрессоустойчивость, толерантность). Контроль эмоционального состояния в коммуникативном процессе. Повышение уровня самоконтроля. Определение преимущественных способов решения конфликтных ситуаций, преимущества и недостатки разных способов реагирования. Выравнивание эмоционального состояния партнера и группы. Технологии снятия эмоционального напряжения. Развитие личностной рефлексии.

Модуль 3. Ораторское искусство

Анализ информации. Ораторское мастерство: основная поза оратора, эффективные жесты оратора, приемы словесной импровизации, энергетика оратора, управление волнением, работа с голосом. Работа с навыками установление контакта, произведение первого благоприятного впечатления. Работа с речевым поведением. Выявление ограничивающих факторов в речи, телесных проявлениях. Структура выступления, соответствие целям выступления. Логическая связь между блоками выступления. Использование мимики и зрительного контакта. Использование жестикуляции. Виды жестов. Использование голоса. Поза и осанка. Ясность речи. Дефекты речи, слова-

паразиты. Технологии воздействия на аудиторию. Контроль поведения. Создание привлекательного образа себя у собеседника и группы. Компоненты самопрезентации. Техники самопрезентации и публичного выступления. Стили самопрезентации. Инструменты самопрезентации. Защитные тактики самопрезентации. Ассертивные тактики. Техники дерефлексии.

Модуль 4. Командообразование

Алгоритмами постановки цели. Отличие идеальных целей от реальных. Классификация целей: долгосрочные, среднесрочные, оперативные цели. Инструменты реализации цели и ключевых бизнес задач. Стратегия достижения цели. Технология персонального SWOT - анализа. Использование возможностей SMART – анализа, PEST и др. Основные мотивационные факторы. Мотивация К и мотивация ОТ: достоинства и недостатки. Самомотивация. Мотивация и цели, их связь и взаимовлияние. Составление карты индивидуальных мотиваторов. Сценарии демотивации. Виды демотивации, выявление причин. Влияние активных установок на самомотивацию по управлению временем. Модель компетенций. Алгоритм тайм-менеджмента: постановка целей, сбор информации, планирование достижения целей, расстановка приоритетов, действовать согласно плану, делегирование, мотивация и отдых. Законы тайм-менеджмента. Тайм-менеджмент меню: слоны, лягушки, сыр и др. Алгоритм ежедневного планирования. Организация рабочего пространства по законам тайм-менеджмента. Методы упорядочения планов рабочего времени. Управление проблемными ситуациями. Выстраивание взаимодействия с людьми на различных уровнях от обмена информацией до обмена смыслами; создание общего поля деятельности по решению задач.