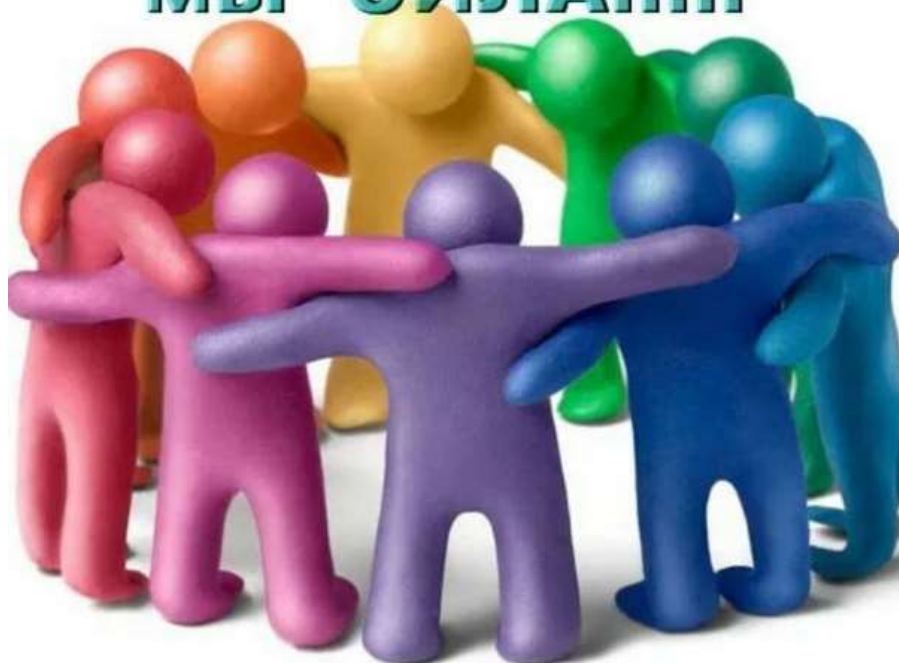


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Колокольчик»

Тренинг для педагогов

**ВМЕСТЕ -
МЫ СИЛА!!!!**



Педагог-психолог: Воробьева Г.Ф.

г. Когалым, 2020 г.

Актуальность

Групповая сплоченность является необходимым условием для создания комфортного микроклимата в коллективе. Групповой сплоченности способствуют: положительное эмоциональное состояние педагогов, дружеская располагающая атмосфера в группе; позитивные взаимоотношения и симпатии между участниками, взаимопонимание. Таким образом, когда в группе создан комфортный микроклимат, ее участники обретают уверенность, стремятся работать и творить. Тренинг на сплочение коллектива – один из эффективных способов создания такой атмосферы.

Цель тренинга: повышение сплоченности педагогического коллектива.

Задачи:

- Снять эмоциональное напряжение педагогов;
- Развивать коммуникативные навыки педагогов;
- Способствовать позитивным взаимоотношениям, взаимопониманию между педагогами.
- Формировать благоприятный психологический климат в коллективе.

Необходимые материалы для тренинга: шляпа, простые карандаши и маркеры, листы бумаги, шарфики; мягкая игрушка; золотой ключик, спокойная музыка для релаксации.

Ход тренинга

I. Организационная часть.

Психолог: Добрый день! Рада приветствовать Вас на нашем тренинге! Сегодня мы имеем возможность немного расслабиться, отдохнуть, поиграть, узнать о себе и коллегах немного больше, и самое главное стать немного ближе друг для друга.

В любом тренинге есть правила. Давайте и мы с вами познакомимся с этими правилами.

• *Здесь и теперь (во время тренинга мы говорим только о том, что волнует каждого именно сейчас, и обсуждаем то, что происходит с нами именно здесь).*

• *Говорю за себя.*

• *Внимательно слушать друг друга.*

• *Не перебивать говорящего.*

• *Уважать мнение друг друга.*

• *Безоценочность суждений.*

• *Активность.*

• *Правило «стоп».*

• *Конфиденциальность (все, что происходит здесь, ни под каким предлогом не выносится за пределы группы).*

II. Основная часть.

1. Упражнение «Давайте поздороваемся»

Цель: создание настроения на предстоящую работу, снятие барьеров общения.

Психолог: В начале нашей встречи я предлагаю поздороваться, но сделаем мы это необычным образом. Прежде всего, нам нужно разбиться на пары (педагоги образуют пары). Если Вы услышите 1 хлопок – здороваемся руками, 2 хлопка – здороваемся плечами, 3 хлопка – здороваемся спинами. Во время задания мы сохраняем молчание, здороваются только части нашего тела. Когда я позвоню в колокольчик, Ваша задача найти нового партнера.

2. Игра «Волшебная шляпа»

Цель: создание положительного эмоционального настроения на собеседника, овладение техникой комплимента.

Психолог:

Что может сделать встречу приятной? (Высказывания педагогов).

Любую встречу сделает приятной, услышанный комплимент. Мы будем передавать шляпу по кругу пока звучит музыка, когда музыка останавливается, тот, у кого она осталась, одевает ее на себя и говорит комплимент стоящему справа. Нужно не только получить комплимент, но и обязательно его вернуть. Комплимент принимается в определенной форме: Да, это так! А еще я...(добавляется положительное качество) и комплимент возвращается к говорящему.

Анализ упражнения:

1. С какими трудностями вы столкнулись при выполнении данного упражнения?
2. Были ли приятные моменты в упражнении, какие?

Психолог: Каждый из нас получил комплимент. Комплимент улучшает настроение, позволяет по – другому посмотреть на себя.

3. Мини лекция «Сплоченный коллектив»

Психолог: Как вам всем известно, в благоприятном климате растение может расцвести, а в другом зачахнуть. Так можно и сказать про нас с вами. В дружном сплоченном коллективе педагог развивается, раскрывает свой потенциал, а в другом – наоборот... Возникает вопрос, связанный с групповой сплоченностью. Вопрос этот важен потому, что от него зависит эффективность работы учреждения, а также психологический комфорт каждого ее члена.

- Как вы думаете, что обозначает слово «сплочение»?

Сплочение – это возможность стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Ведь как хорошо, когда тебя понимает и поддерживает твой коллега, хорошо услышать и помочь, когда необходима эта помощь, как хорошо понимать друг друга даже без слов. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

- Что нужно делать, чтобы коллектив был сплоченным?

Заповеди сплоченного коллектива

- Проявляйте искренний интерес к другим людям. Пусть люди, с которыми вы общаетесь, почувствуют, что они вам интересны.
- Будьте хорошим слушателем.
- Почаще улыбайтесь.
- Полюбите себя. Как вы думаете о себе, и относитесь к себе, так и люди будут думать о вас и относиться к вам.
- Научитесь представлять себя в «шкуре» другого и смотреть на мир его глазами.
- Научитесь доверять людям.
- Не ожидайте от людей сразу многого. Будьте терпеливы.
- Делайте приятное людям. Дарите подарки, говорите комплименты. Не критикуйте, не превозносите, не осуждайте. Честно и искренно оценивайте достоинства людей.
- Вызывайте в людях положительные эмоции через юмор, шутки.
- Старайтесь услышать и понять окружающих, способствуйте созданию дружного и сплоченного коллектива.
- Уважайте мнение и выбор коллеги. Учитесь прощать мелкие огрехи – с кем не бывает!
- Являясь неотъемлемой частью коллектива, оставайтесь яркой, неординарной, творческой личностью.
- Если коллектив не такой, каким вы его хотите видеть, начните его изменять с себя.
- Ответственно относитесь к выполнению поручений на пользу коллектива, но не становись его тягловой силой.

- Будьте активными в выполнении общего дела и сделайте его приятным и важным для всех.

Психолог: Сейчас мы на посмотрим, насколько нам удастся действовать вместе.

- постройтесь по размеру обуви.

4. Упражнение «Кто быстрее»

Цель: координация совместных действий, распределение ролей в группе.

Психолог: Посчитаться на счёт раз-два. У нас получилось две команды. Ваша задача сейчас, как можно быстрее, построить ту геометрическую фигуру, которую я назову, причём строитесь вы молчком, ничего не объясняя.

Возможные фигуры:

- треугольник;
- ромб;
- угол;
- буква;
- птичий косяк;
- круг;
- квадрат.

Обсуждение:

- Трудно было выполнять задание?
- Что помогло при его выполнении?

5. Упражнение «Мы с тобой похожи»

Цель: развивать коммуникативные навыки, дать педагогам возможность узнать друг друга ближе.

Психолог: Участники выстраиваются в два круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Количество участников в обоих кругах одинаковое. Участники внешнего круга говорят своим партнерам напротив фразу, которая начинается со слов: «Мы с тобой похожи тем, что...». Например: что живем на планете Земля, работаем в одном детском саду и т.д. Участники внутреннего круга отвечают: «Мы с тобой отличаемся тем, что...» Например: что у нас разный цвет глаз, разная длина волос и т.д. Затем по команде ведущего участники внутреннего круга передвигаются (по часовой стрелке), меняя партнера. Процедура повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не повстречается с каждым участником внешнего круга.

Обсуждение:

- Какие эмоции испытывали во время упражнения?
- Что нового узнали о других?
- Что интересное узнали?

6. Упражнение «Сиа́мские близнецы»

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Психолог: Возьмите тонкий шарф или платок и свяжите им руки участников, стоящих рядом друг с другом лицом к вам. Оставьте свободными кисти рук. Дайте карандаши или фломастеры разного цвета, по одному в несвободную руку. Вам предстоит нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги. Рисовать можно только той рукой, которая привязана к партнеру. Тему рисунка задайте сами или предложите выбрать.

Обсуждение:

- Трудно ли было создавать картину вместе?
- В чём именно заключалась трудность?
- Обсуждали ли сюжет рисунка, порядок рисования? (Были ли споры и конфликты между игроками, одинаковое ли участие они принимали в работе (что легко оценить по количеству на картинке цвета, которым рисовал участник)).

7. Упражнение «Семь свечей»

Цель: релаксация.

Психолог: Сядьте удобно, закройте глаза, расслабьтесь. Вам спокойно, удобно и комфортно... Вы дышите глубоко и ровно... Представьте себе, что на расстоянии примерно метра от вас стоят семь горящих свечей... Сделайте медленный, максимально глубокий вдох. А теперь вообразите, что вам нужно задуть одну из этих свечей. Как можно сильнее подуйте в ее направлении, полностью выдохнув воздух. Пламя начинает дрожать, свеча гаснет... Вы вновь делаете медленный глубокий вдох, а потом задуете следующую свечу. И так все семь...»

Упражнение лучше всего выполнять под спокойную негромкую музыку, в полузатемненном помещении.

Обсуждение:

- Как менялось состояние участников по мере выполнения этого упражнения?
- Где в реальных жизненных ситуациях может быть полезно владение такой техникой?

8. Упражнение «Волшебный ключ от волшебной двери»

Цель: Эмоционально-психологическое сближение участников.

Психолог: Каждый участник по очереди выходит, берёт ключ и говорит, какую волшебную дверь он бы открыл и что за ней.

Анализ упражнения:

- Кто из участников хотел бы войти в волшебную дверь другого участника.

III. Заключительная часть.

Упражнение «Подарок».

Цель: положительное завершение тренинга, рефлексия.

Психолог: Давайте подумаем, что Вы могли бы подарить Вашей группе, чтобы взаимодействие в ней стало еще эффективнее, а отношения в ней – более сплоченными? Давайте скажем, что каждый из нас дарит группе. Я, например, дарю вам оптимизм и взаимное доверие.

Далее каждый из участников высказывается, что он хотел бы подарить группе.

Психолог: Наш тренинг подошел к завершению. Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что вы – единое целое, каждый из вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе мы – сила! Спасибо всем за участие!

Список использованной литературы:

1. Аралова М. А. Формирование коллектива ДОУ. Психологическое сопровождение – Москва : Сфера, 2005. – 60 с.
2. Вачков, И.В. Основы группового тренинга. – М.: Ось-89, 2000.
3. Моница, Г.Б., Лютова-Робертс, Е.К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители). — СПб.: Речь, 2007. — 224 с.
4. Психологический тренинг в группе: Игры и упражнения: Учебное пособие / Авт.-сост. Т.Л. Бука, М.Л. Митрофанова. – 2-е изд. – М.: Психотерапия, 2008. – 144 с.
5. Самоукина, Н.В. «Игры, в которые играют...». Психологический практикум. – Дубна: Феникс+, 2000.
6. 18 программ тренингов. Руководство для профессионалов / Под науч.-ред. В.А. Чикер. — (Психологический тренинг) – М.: Речь, 2008.