

Тренинг для педагогов: «Я» или «МЫ»

**Подготовила:
старший воспитатель
Другова Татьяна Леонидовна**

Цель: расширение представлений педагогов о себе и развитие у них способности увидеть себя с другой стороны.

Оборудование: листы бумаги на каждого участника занятия, цветные карандаши, фломастеры, пастель.

Ход тренинга:

Старший воспитатель:

Уважаемые коллеги! Я считаю, что наше состояние здоровья так же непременно зависит от психофизического и психоэмоционального состояния человека. Хочется отметить, что деятельность педагогов характеризуется высокой личностной включенностью в педагогический процесс, связана с напряженными ситуациями и эмоциональными факторами, влияющими на психофизическое здоровье педагогов.

Поэтому, чтобы наше психоэмоциональное состояние было стабильным, необходимо, чтоб в нашем коллективе был хороший психологический климат.

В одном климате растение может расцвести, в другом — зачахнуть. То же самое можно сказать и о психологическом климате: в одних условиях люди чувствуют себя некомфортно, стремятся покинуть коллектив, проводят в нем меньше времени, их личностный рост замедляется, в других — коллектив функционирует оптимально и его члены получают возможность максимально полно реализовать свой потенциал.

Строительство психологического климата, сплоченности коллектива — это важнейшее дело не только администрации, но и каждого члена коллектива.

Климат называют благоприятным, если в коллективе царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверия и требовательности. Если члены коллектива готовы к работе, проявляют творчество и достигают высокого качества, работая без контроля и неся ответственность за дело. Если в коллективе каждый защищён, чувствует причастность ко всему происходящему и активно вступает в общение.

Приветствие:

1. «Рука к руке»

Цель: создание положительного эмоционального фона.

Водящий произносит фразу: например: «Рука к руке» и все участники игры должны найти себе пару и соприкоснуться со своим партнером руками. Тот кто

не успел найти себе пару, становится водящим. Одно правило каждый раз здороваться с разными участниками.

Например: «спина к спине», «нос к носу», «плечо к плечу», «локоть к локтю», «попа к попе», «стопа к стопе», «колени к коленам».

2. Упражнение «Дерево жизни»

цель: выявление общих тенденций

Старший воспитатель: предлагаю вам нарисовать дерево своей жизни по следующей схеме:

корень - цель и смысл вашей жизни;

ствол – ваше представление о себе;

ветви – качества, которые вы хотели бы иметь, ваши мечты и желания;

плоды – качества, которые вы уже имеете, уже исполненные мечты и желания.

Обсуждение «деревьев жизни» с выявлением общих тенденций.

3. Упражнение «Поиск сходства»

Каждая команда должна написать на листе черты сходства (первая команда) и черты различия (вторая команда) в своей группе.

Выигрывает та команда, которая больше напишет сходств или различий за определенное время. Учитывается количество названных сходств и их качество.

Упражнение эффективно, так как участники начинают более внимательно присматриваться друг к другу и обнаруживают, что сходства между ними гораздо больше, чем они думали раньше.

Обсуждение: старший воспитатель должен постараться подвести участников к мысли, что, хотя они все такие разные, сходства между ними гораздо больше, чем может показаться на первый взгляд.

4. Упражнение: «Рисуем себя»

Старший воспитатель: предлагаю вам нарисовать себя, но нарисовать необычно. Это может быть ассоциация с растением, животным, насекомым.

Главное правило: рисунок должен отражать самые яркие черты характера. И постараться рисовать так чтобы другие члены коллектива не видели ваш рисунок. Затем по рисункам друг друга педагоги пытаются угадать, кто именно нарисован на том или ином рисунке.

5. Игра: «Покажи сказку»

2 команды:

1-я: показывает сказку «Теремок»;

2-я: показывает сказку «Колобок».

Главная задача: все показывать молча.

Задача другой команды отгадать, что это за сказка.

Обсуждение: Легко ли было договориться кто, что будет показывать? Как решали спорные вопросы?

6. Игра: «Передача предметов по кругу»

цель: обмен настроениями, чувств по кругу.

Старший воспитатель: Сейчас я предлагаю передать по кругу из рук в руки разные предметы. Вам необходимо мимикой передать этот предмет:

- цветок;
- горячую картошку;
- грязь;
- маленькую бусинку.

В конце по кругу объяснить свои ощущения, что было приятно брать в руки, а что нет.

7. «Волшебный ключик»

Старший воспитатель: Все участники образуют круг. Нам необходимо пропустить этот ключик с веревкой через каждого участника. Таким образом чтобы вся команда была связана. Можно обвязать любой участок своего тела (рука, нога,...).

А теперь попробуем сделать все вместе, одновременно:

- один шаг к окошку,
- наклон вперед,
- один шаг к двери.

«С помощью этого ключика мы оказались связаны одной нитью. Он будет находиться у нас в саду и напоминать о том, что теперь мы одна команда».

Спасибо вам большое, что пришли сегодня. Мне было очень интересно с вами работать. Я предлагаю всем встать в круг, взяться за руки и дружно сказать:

«Всем – Всем – Всем спасибо за работу».

