«Сплочение педагогического коллектива»

Цель тренинга:психологический тренинг направлен на сплочение пед,коллектива ,развитие коммуникативных навыков,эмоциональной устойчивости.что немало важно,уверенности в себе,доброжелательного отношения друг к другу.

Задачи тренинга:

-формирование благоприятного психологического климата;

-нахождение сходств у участников группы для улучшения взаимодействия между ними;

-развитие умения работать в команде;

-сплочение группы;

-повысить настрой на удачу,счастье,добро и успех.

Необходимые материалы для тренинга:

-листы формата А-4 по числу участников,простые карандаши,фломастеры,цветные карандаши;

-спокойная музыка для релаксации;

-яблоко;

-ватманы.журналы,клей.

Ход тренинга:

Психолог:

Уважаемые коллеги!сегодня мы поговорим с вами о психологиченском климате коллектива,а так же о важности сплоченности коллектива.

Психологический климат-это, как вы знаете, межличностные отношения, типичные для трудогого коллектива,который определяет его основное настроение.

В одном климате растие может расцвести,в другом-зачахнуть.Тоже самое можно сказат и о психологическом климате пед.коллектива:в одних условиях педагоги чувствуют себя некомфортно,стреимятся покинуть коллектив,проводят в нем меньше времени,в других-коллектив функционирует оптимально и его члены получают возможность максимально полно реализовать свой потенциал(к чему мы и стремимся)

Психологический климат называют благоприятным если в коллективе царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверии и взаимопонимании. Если члены коллектива готовы к работе, проявляют творчество и достигают высокого качества, работая без контроля и неся ответственность за дело.

Здравствуйте Те, кто весел сегодня

Здравствуйте те, кто грустит

Здравствуйте те, кто общается с радостью

Здравствуйте те, кто молчит

Улыбнитесь Пожалуйста те, кто готов работать сегодня с полной отдачей

Упражжение «Хорошее настроение»

Цель упражнения:Выражение настроения

Инструкция:На листе формата А-4 изобразить свое хорошее настроение

Устроим выставку наших настроений,подарим соседу только хорошее настроение,сопровождая подарок такими словами: «Я дарю тебе свое хорошее настроение…»,а дальше пусть будет ваше ласковое слово,обращение,которое обычно адресуется вашим близким и любимым.

Анализ упражнения:

1.Что понравилось вам в данном упражнении?

2.Какие эмоции вы испытывали при дарении и получении «настроения» в виде рисунка.

Упражение «Комплимент»

Цель:Создание положительного эмоционального настроя на собеседника,овладение техникой комплимента

Задание:Придумать комплимент,соответствующий личностным качествам собеседника.

Сегодня мы будем говорить друг другу комплименты.Выберите себе партнера для выполнения задания.Обмен комплиментами будет происходить в форме диалога.Нужно не только получить комплимент,но и обязательно его возвратить.Например:

-Аня,ты такой отзывчивый человек!

-Да,это так.А еще я добрая.

Комплимент принимается в определенной форме:Да,это так!А еще я…Добавляется положительное качество.

Анализ упражнения:

1.С какими трудностями вы столкнулись с выполнением данного упражнения?

2.Были ли приятные моменты в упражнении?Какие?

Упражнение»Цепочки»

Педагоги встают в круг,закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку.Столкнувшись,руки сцепляются .Затем участники протягивают левые руки и снова ищут себе партнера.Ведущий смотрит за тем,чтобы каждый держал руки двухлюдей.Участники открывают глаза.они должны распутаться,не разжимая рук(разрешается только изменение положения кистей,чтобы не происходило вывихов рук).В результате либо образуется круг,либо несколбко сцепленных колечек из людей.либо несколько независимых кругов или пар.

Анализ упражнения:

1.Чем вам понравилось данное упражнение?

2.Что вы почувствовали.выполняя это упражнение?

3.Какие трудности вызвало у вас это упражнение?

Психотехническое упражнение «Давление»

Цель:осознане разных моделей в общении и взаимодействии с партнерами,установка на равноправное общение.

Инструкция:встаньте друг против друга.поднимите руки на уровне груди и слегка прикоснитесь друг к другу ладонями.Договоритесь кто,кто будет ведущим. Задача ведущего-слегка надавить на ладони партнера. Затем поменяйтесь ролями и повторите движение давления на ладони партнерв по игре.оцените свои впечатления. В какой ситуации было эмоционально комфортнее: когда давили или когда ваш партнер давил на ваши ладони?

Возможно вы не испытали приятных минут ни в первом,ни во втором случае(вам было неприятно давить на партнера и очень неприятно,когда давили на вас)

Тогда попробуйте не давить друг на друга,выполняйте совместные движенияобращенными друг к другу ладонями рук так,чтобы между вами возникло взаимное ощущение тепла(психоэнергетический контакт)

Почувствовали ли вы,насколько приятнее взаимодействие на равных,а не добиваться превосходства?

Упражнение «Коллажирование на тему «Наш коллектив»

Коллажирование .как и любая визуальная техника,дает возможность раскрыть плтенциальные возможности человека,предполагает большую степень свободы.опирается на положительные эмоциональные переживания, связанные с процессом творчества.особенностью данной методики является то, что создание коллажей происходит в групповой форме,что позволяет включить участников в совместную деятельность и проследить особенности их социального взаимодействия.

Цель упражнения:развить способнолсть группы приходить к общему мнению,идти на компрмисс.уметь договариваться.

Группа садиться вокруг стола.им предлагаются ватман,карандаши.журналы и клейАнализ упражнения:

1.Были ли трудности при выборе рисунка?

2.Возникли ли разногласия в ходе работы?

Упражнеие «Яблоко»

Цель:сплочение коллектива, снятие напряжения

Сейчас мы посмотрим.сможем ли мы доверять друг другу.Вытяните руки вперед.У меня в руках яблоко.Наша с вами задача прокатить яблоко ао ладошкам и не дать ему упасть,как по блюдечку. А теперь в другую сторону.

Анализ упражнения;

1.Что вы почувствовали ,выполняя это упражнение?(педагоги высказываются по кругу)

Тест «Выбор»

Внимательно прослушайте .Вы заходите в булочную и покупаете пончик с повидломюНо когда вы приходите домой и надкусываете его.то обнаруживаете,что отсутствует один существенный ингредиент-повидло внутри.Ваша реакция на эту мелкую неудачу?

1.Относите бракованный пончик назад в булочную и требуете взамен новый.

2.Говорите себе»Бывает» и съедаете пустой пончик.

3.Съедаете что-то другое.

4.Намазываете надкусанный пончик маслом или вареньеи.чтобы был вкуснее.

Комментарий ведущего:

-если вы выбрали первый вариант.то вы человек не поддающийся панике,знающий .что к вашим советам чаще прислушиваются.Вы оцениваете себя как рассудительную,организованную личность.Как правило,люди,выбирающие первый вариант ответа,не рвутся в лидеры,но,если их выбирают на командную должность.стараются оправдать доверие.Иногда вы относитесь к коллегам с некотоым чувством превосходства-уж вы-то не позволите застать себя врасплох

-если вы выбрали второй вариант .то вы –мягкий,терпимый и гибкий человек.С вами легко ладить и коллеги всегда могут найти у вас утешения и поддержку.Вы не любите шума и суеты.готовы уступить главную роль и оказать поддержку лидеру.вы всегда оказываетесь в нужное время в нужном месте.Иногда вы кажетесь нерешительным,но вы способны отстаивать убеждения. В которых твердо уверены.

-если вы выбрали третий вариант.то вы умеете быстро принимать решения и быстро(хотя и не всегда правильно)действовать. Вы авторитарный человек, готовы принять на себя главную роль в любом деле. В подготовке и проведении серьезных мероприятий возможны конфликты, так как в отношениях с коллегами вы можете быть настойчивыми и резкими, требуете четкости и ответственности.

-если вы выбрали четвертый вариант, то вы человек способный к нестандартному мышлению, новаторским идеям, к коллегам вы относитесь как к партнерам по игре и можете обидеться, если они играют не по вашим правилам. Вы всегда готовы предложить несколько оригинальных идей для решения той или иной проблемы.

Упражнение» Я в лучах солнца»

Вы знаете ,что каждый человек обладает качествами, как плохими, так и хорошими .Давайте вспомним свои качества. На листе нарисуйте солнце так, как его рисуют дети с кружком посередине и множеством лучиков. В кружке напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Около каждого лучика напишите что-то хорошее о себе. Носите этот листочек с собой, а если вам станет особенно плохо на душе и вам покажется, что вы ни на что не годитесь, достаньте это солнце .посмотрите на него и вспомните ,почему вы написали о том или другом качестве.

Упражнение» Корзина советов»

Каждый педагог берет карточки с советами и зачитывает вслух предложенные советы. Наш тренинг подходит к концу .А теперь послушайте красивое и даже умное стихотворение »На что мы тратим жизнь?» на что мы тратим жизнь? На мелочные ссоры

На глупые слова, пустые разговоры

На суету обид, на злобу-вновь и вновь

На что мы тратим жизнь? А надо б на любовь

Сжигаем жизнь до тла, все на пустое что-то

На нудные дела, ненужные заботы

В угоду обществу придумываем маски.

На что мы тратим жизнь? А надо бы на ласки.

Мы распыляем жизнь на сумрачную скуку

На «имидж» и » престиж», ненужную науку.

На ложь и хвастовство, на дармовую службу

На что мы тратим жизнь? А нужно бы на дружбу

Куда-то все спешим, чего –то добываем

Чего-то ищем все -а более теряем

Все копим- золото, тряпье и серебро

На что мы тратим жизнь? А надо б на добро

Волнуемся, кричим, по пустякам страдаем

С серьезностью смешной вещички выбираем

Но сколько не гадай- все выберешь не ту

На что мы тратим жизнь? А надо б на мечту

Боимся радости, боимся верить в сказки

Боимся и мечты, и нежности, и ласки

Боимся полюбить, чтоб после не тужить

На что мы тратим жизнь? А надо просто жить!