**Тренинг для педагогов
*«Вместе - мы сила».***

**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 настроя 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 настроя 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 возвратить. 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 превозноситесь, 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 относись 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 удается 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 «Сиамские 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 задуваете следующую

свечу. И так все семь...»

Упражнение лучше всего выполнять под спокойную негромкую музыку, в

полузатемненном помещение.

**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. Монина, 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.