

Психологический тренинг

«Формирование благоприятного психологического климата в коллективе»

Цель тренинга: сплочение педагогического коллектива, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости, уверенности в себе, доброжелательного отношения друг к другу.

Выполняя упражнения тренинга, педагоги формируют умение понимать друг друга. Данный тренинг мотивирует педагогов к самосовершенствованию, рефлексии, овладению механизмами коммуникативной компетентности.

Задачи тренинга:

- формирование благоприятного психологического климата;
- нахождение сходств у участников группы для улучшения взаимодействия между ними;
- развитие умения работать в команде;
- сплочение группы;
- осознание каждым участником своей роли, функции в группе;
- повысить коммуникативные навыки педагогов;
- повысить настрой на удачу, счастье, добро и успех.

Оборудование: листы формата А-4 по числу участников, простые карандаши, фломастеры, цветные карандаши или восковые мелки; спокойная музыка для релаксации; тетрадные листы в клетку, шариковые ручки по числу участников.

Ход тренинга:

I. Организационный этап

Педагог-психолог: Добрый день! Я рада приветствовать вас на нашем тренинге! Это замечательно, что мы смогли с Вами встретиться, и имеем возможность немного расслабиться, отдохнуть, поиграть, узнать о себе и коллегах что-то новое и, самое главное, - выразить друг другу радость встречи.

II. Мотивационный этап

Сегодня я бы хотела поговорить с Вами о психологическом климате коллектива, а так же о важности сплочённости коллектива.

Психологический климат – это, как Вы знаете, межличностные отношения, типичные для трудового коллектива, которые определяют его основное настроение.

В одном климате растение может расцвести, в другом — зачахнуть. То же самое можно сказать и о психологическом климате педагогического коллектива дошкольного образовательного учреждения: в одних условиях педагоги 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 (*к чему мы и стремимся*).

Создание эмоционального благополучия в педагогическом коллективе, сплоченности коллектива - это важнейшее дело не только администрации, но и каждого члена коллектива.

Психологический климат называют **благоприятным**, если в коллективе царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверия и взаимопонимания. 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.

III. Практический этап

1. Упражнение «Чего мы ждем от тренинга? Чего опасаемся»

Цель упражнения: эмоциональный настрой на работу.

2. Упражнение «Приветствие»

Цель упражнения: определить цель улыбки, как средства передачи сообщения.

Задание: приветствие партнера по общению улыбкой

Инструкция: сегодня вместо слова «Здравствуйте» мы будем приветствовать друг друга улыбкой. Вам предоставляется право выбрать разные варианты улыбок: искреннюю, надменную, ироничную, неискреннюю.

Анализ упражнения:

1. По каким признакам вы догадались о том, что улыбка искренняя, ироничная, надменная?
2. Что вы испытали, когда получили улыбку вместо приветствия?
3. Как часто и в каких ситуациях вы обычно используете улыбку для установления контакта?

3. Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...»

Цель: включение в работу, снятие накопившегося напряжения.

Участники группы сидят на стульях в кругу. В середине круга стоит водящий. Он говорит: «*Поменяйтесь местами те, у кого двое детей*»; «*Поменяйтесь местами те, у кого старшие группы*»; «*Поменяйтесь местами те, кто любит мороженое*»; «*Поменяйтесь местами те, кто в платьях*»; «*Поменяйтесь местами те, кто хорошо поет*» и т. д.

Мы многое узнали друг о друге, а следующим упражнением я хочу посмотреть, насколько вы внимательны друг к другу.

4. Упражнение «Будь внимательным»

Цель упражнения: развитие внимательности участников друг к другу.

Психолог: «При разговоре люди смотрят друг на друга. Чтобы проверить вашу наблюдательность, давайте поиграем. Закройте глаза. А теперь поднимите руку, у кого сосед со светлыми волосами? Откройте глаза и проверьте себя. Опять закройте глаза. У кого сосед с темными глазами? Поднимите руку. Откройте глаза и проверьте себя. Опять закройте глаза. У кого сосед, в ушах которого две дырочки? Поднимите руку. Откройте глаза и проверьте себя».

5. Упражнение «Путаница»

Цель упражнения: повысить тонус группы и сплотить участников.

Психолог: В этой игре мы все постараемся повысить друг другу настроение.

Все становятся в круг и поднимают правую руку. Теперь надо взять за руку любого из участников, кроме своего соседа. Не разжимая правых рук, повторить то же левыми. Теперь все запутались в клубок. Надо распутать клубок, держась за руки.

6. Упражнение «Комплимент»

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

Задание: придумать комплимент, соответствующий личностным качествам собеседника.

Инструкция: психолог рассказывает строки из стиха:

«Давайте восклицать, друг другом восхищаться,
Высокопарных слов не стоит опасаться.
Давайте говорить друг другу комплименты,
Ведь это все любви счастливые моменты!»

Сегодня 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 вернуть.

Например:

- Тома, ты такой отзывчивый человек!
- Да, это так! А еще, я добрая!
- А у тебя Света, такие красивые глаза!

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?

7. Упражнение «Поводырь»

Цель упражнения: учиться доверять партнеру; «*слышать*» друг друга.

Участники тренинга разбиваются на пары. Одному участнику завязываются глаза, второй должен с помощью команд и подсказок помочь своему партнеру преодолеть препятствия. Затем игроки меняются ролями.

Анализ упражнения:

1. С какими трудностями вы столкнулись при выполнении данного упражнения?
2. Сложно ли было доверять партнеру?

8. Упражнение «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 мое 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?

IV. Рефлексия

9. Упражнение «Чему я научилась?»

Цель: рефлексия (*обратная связь*)

Задание: дописать неоконченные предложения

- Я научилась... .
- Мне понравилось...
- Я узнала, что... .
- Я была удивлена тем, что....
- Я была разочарована тем, что... .
- Самым важным для меня было... .

Обсуждение по кругу

10. Ритуал прощания

Цель: поделится своим хорошим настроением, своим теплом и добротой с окружающими.

Участники тренинга представляют себя лучами солнца. Встают в круг, и, вытянув руки, каждый из участников кладет свои руки поверх рук других участников. И так образуется солнце. Все тепло, свет и доброта коллектива сливается в одно целое.

Участники тренинга прощаются.

До свидания!

Агафонова Т. П.
педагог — психолог МДОБУ
детский сад «Теремок»
п. Красногвардеец