**Тренинг для педагогов «Погода в ДОУ»**

**Цель**: развитие профессионального самосознания, выработка позитивного самоотношения; тренировка умения расслабляться и снимать напряжение, преодоление внутренних барьеров, страха и неуверенности перед другими; выработка навыков предоставления и получения обратной связи; формирование педагогических умений.

**Ведущий:** педагог- психолог.

**Участники**: педагоги ДОУ.

**Ход тренинга:**

1. **Упражнение «Говорящие вещи»**

**Цель**: развитие творческого воображения, гибкости мышления, умения действовать в изменяющихся ситуациях.

 **Ведущий**:

- Сегодня мы узнаем нечто новое о себе и других участниках нашей группы. Для этой цели можно применять различные средства. Сегодня к нам на помощь придет волшебство. Каким образом, узнаете позже. А сейчас я хочу вас попросить вспомнить, есть ли у вас с собой какая-либо вещь, которая достаточно давно находится с вами. Может, она вам чем-то памятна, чем-то привлекает вас. Возьмите ее. Это не простые вещи. Вы еще не знаете об этом, но именно сегодня должно произойти чудо. Через несколько секунд я произнесу заклинание, и эти вещи оживут. Люди исчезнут, а останутся только вещи. Они смогут рассказать о себе, о своей судьбе, своей истории, может, поведают о своем хозяине, об отношениях, которые складываются между ними.

Итак, у нас есть тридцать волшебных минут на то, чтобы вещи могли поговорить. А теперь тот человек, до которого я дотронусь, окажется первым, превратившимся в предмет. Он должен будет начать говорить приблизительно так: «Я – сережка Марии, я живу у неё уже полгода, и за это время…»

Сложно или легко было выполнять это упражнение? Было ли что-нибудь интересное, неожиданное в рассказах вещей? Что нового вы узнали о себе и о других? Какая вещь вас особенно удивила? Изменилось ли ваше отношение к вещи, от лица которой вам пришлось говорить?

Вещи в этом упражнении - это не просто посредник во взаимодействии с окружающими. На самом деле это еще и важная часть нас самих, несущая в себе информацию о наших собственных качествах.

1. **Игра «Медведь перед дровосеками»**

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения участников.

**Время:** 10-15 минут.

**Ведущий:**

-Приглашаем вас поиграть в игру, с давних времен известную во Франции.

Вы превратитесь в дровосеков. Дровосеки - это мужественные мужчины и женщины, которые топорами валят деревья в лесу, обрубают ветви и распиливают стволы на бревна. Покажите мне, пожалуйста, как двигаются дровосеки во время работы... Хорошо. Вы прилежные и храбрые дровосеки.

А теперь мне нужен один доброволец... Спасибо! Доброволец будет не дровосеком, а большим бурым Медведем.

Сейчас мне хотелось бы вам рассказать, что происходит между Медведем и дровосеками. Медведь выходит на сцену и громко рычит. Дровосеки пугаются до смерти и безжизненно замирают. "Они закрывают глаза и пытаются спасти свою жизнь, сделав вид, что они совершенно неподвижны. А что же делает Медведь? Медведь подходит к каждому дровосеку и проверяет, живые они или нет. Для этого он делает все, что ему вздумается, не разрешается лишь щекотать дровосеков. Медведь может ворчать или реветь, может дотрагиваться своими «лапами» до безжизненных дровосеков, он может расталкивать их, поднимать их головы, руки или ноги, короче, он может использовать любой трюк, чтобы заставить дровосеков начать двигаться или смеяться.

Если кто-нибудь из дровосеков засмеется или начнет двигаться, то он сразу же превращается во второго медведя, и уже теперь два медведя пытаются разбудить дровосеков, которые, в свою очередь, делают все, чтобы не пикнуть и не пошевелиться.

Но со временем медведей станет трое, потом - четверо и т.д.

Вы поняли, как играть в эту игру? Теперь мы можем приступить. Дровосеки, за работу! А сейчас - выход Медведя: пожалуйста, мощный рев...

1. **Тест «Погода в ДОУ»**

Ведущий:

-Вы заходите в булочную и покупаете пончик с повидлом. Но когда вы приходите домой и надкусываете его, то обнаруживаете, что отсутствует один существенный ингредиент- начинка. 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 – либо другое
4. Намазываете маслом или вареньем, чтобы было вкуснее.

Если вы выбрали первый вариант, то вы – человек, не поддающийся панике, знающий, что к вашим советам прислушиваются. Вы оцениваете себя как рассудительную, организованную личность. Как правило, люди, выбирающие первый вариант, не рвутся в лидеры, но, если их выбирают на командную должность, стараются оправдать доверие.

Если вы выбрали второй вариант, то вы – мягкий, терпимый и гибкий человек. С вами легко ладить и коллеги всегда могут найти у вас утешение и поддержку. Вы не любите шума и суеты, готовы уступить главную роль и 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 нестандартным решениям, новаторским идеям, некоторой эксцентричности. 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.

Каждый участник выбирает один из четырех вариантов, не сообщая о своем выборе вслух. Психолог выдает каждому карточку с интерпретацией ( другие об этом не знают) и предлагает участникам образовать четыре группы (невербально), затем по карточкам проверить эмпатийность.

1. **Упражнение «Ассоциации»**

Цель: через постановку творческой задачи стимулировать взаимодействие интеллектуальных, эмоциональных функций всех участников группы; способствовать активизации и расширению рамок ассоциативного мышления.

Ведущий:

- Для этой игры нам потребуется доброволец, готовый на несколько минут оставить нас, выйдя, из комнаты. За время его отсутствия игроки выберут среди участников одного человека. Вернувшись, водящий игрок должен будет задать группе самые разные вопросы с тем, чтобы с трех попыток определить выбранного группой участника. Но вопросы будут необычные. Они не будут касаться возраста, цвета глаз и пр. Все вопросы будут ассоциативно связывать загаданного игрока с самыми различными понятиями.

К примеру, вопросы могут быть такими:

- На какой цветок похож загаданный человек?

- С каким временем года он ассоциируется?

- На какое животное он похож?

- С каким стилем одежды его можно сравнить?

На каждый вопрос могут отвечать все члены группы. В результате ведущий получает целый набор разнообразных ответов-ассоциаций, проанализировав которые он сможет назвать имя участника.

1. **Упражнение «Сердце»**

Ведущий:

- Знаете ли вы, что у каждого коллектива есть свое сердце. Я хочу, чтобы вы сейчас сделали друг другу что-нибудь приятное. Напишите свое имя на листе бумаги и сложите его. Это надо для того, чтобы каждый из вас мог потом вытянуть жребий с чьим-нибудь именем. Я принесла большое сердце, которое и станет сердцем нашего коллектива. Придумайте дружескую приятную фразу в адрес того, чье имя вы вытянули по жребию. Возьмите маленькое сердечко и запишите на нем то, что вы придумали. Затем мы приклеим все маленькие сердечки на наше большое сердце.

1. **Притча «Что предлагает Вам мир сейчас?»**

Ведущий:

- Жил на Свете Человек. У него было три мечты: иметь высокооплачиваемую работу, жениться на красавице, прославиться на весь мир.Однажды морозной зимой Человек спешил на собеседование в офис одной известной фирмы. Вдруг прямо перед ним упал пожилой мужчина. Человек посмотрел на упавшего, в голове возникла мысль, что тот, скорее всего, пьян и не подал руки. Это помогло не опоздать на запланированную встречу. Собеседование прошло неудачно: Человека не взяли на желанную должность.
Как-то Человек прогуливался летним вечером по городу. Заметив группу уличных артистов, он остановился, чтобы насладиться зрелищем. Зрителей было немного, но пьеса была весёлой и увлекательной. После окончания действа раздались аплодисменты, и люди стали расходиться. Наш Человек тоже повернул было назад, но кто-то несмело дотронулся до его плеча. Это была главная героиня пьесы, старушка-клоунесса. Она стала расспрашивать его о том, понравился ли ему спектакль, доволен ли он актёрами. Но Человек не захотел вести беседу и, брезгливо отвернувшись, пошёл домой. Однажды дождливым вечером Человек спешил домой с дня рождения друга. Он очень устал, и в его голове проносились мысли о душистой ванне и уютной, тёплой постели. Вдруг он услышал чьё-то приглушенное рыдание. Это плакала женщина. Она сидела на скамье возле дома Человека. Без зонта. Одна. Заметив нашего героя, она обратилась к нему за помощью. У неё случилось несчастье в семье. И ей нужен был лишь душевный собеседник. Человек задумался, пред его взором предстали ванна и постель, и поспешил в подъезд. Человек прожил не счастливую жизнь. И умер.Попав на Небеса, Человек встретил своего Ангела-Хранителя. Они качались на небесных качелях и беседовали.

- Ты знаешь, я прожил совсем несчастную и никчёмную жизнь. У меня было три мечты, но ничего не сбылось. Жаль.- Хм… Друг мой, я сделал всё, чтобы все твои мечты претворились в жизнь, но для этого от тебя мне нужно было всего лишь: твоя рука, твои глаза и твоё сердце.- Бог мой, и что же?- Помнишь упавшего человека на скользкой зимней дороге? Тот человек был генеральным директором той фирмы, в которую ты так хотел попасть. Тебя ждала головокружительная карьера. Всё, что от тебя требовалось – твоя рука.Помнишь старую клоунессу, которая после уличного представления пристала к тебе с вопросами? Это была юная красавица-актриса, которая влюбилась в тебя с первого взгляда. Вас ждало счастливое будущее, дети, неугасающая любовь. Всё, что от тебя требовалось – твои глаза.Помнишь плачущую женщину возле твоего подъезда? Был дождливый вечер, и она насквозь промокла от слёз… Это была известная писательница. Она переживала семейный кризис, и ей очень нужна была душевная поддержка. Если бы ты помог ей согреться в своей квартире, согреться Душой благодаря твоим мудрым словам утешения, то она написала бы книгу, в которой она рассказала бы об этом случае. Книга стала бы известной на весь мир, и ты бы прославился, так как на главной странице автор указала бы имя того, кто стал музой этого произведения. И всё, что от тебя требовалось тогда – твоё сердце. Ты был не внимателен, мой Друг…А что вам предлагает этот Мир сейчас?..

**Рефлексия:**

Участникам группы предлагается закрыть глаза и представить, что занятия в группе закончились. Вы идете домой.

– Подумайте о том, что вы не сказали группе, но хотели бы сказать. Через несколько минут откройте глаза и скажите это.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Кипнис М. Тренинг коммуникации. - М.: Ось-89,2004.
2. Монина Г.Б., Лютбва-Робертс .Е.К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители). - СПб: Речь, 2005.
3. Психологический тренинг в группе: игры и упражнения: учебное пособие /Авт.-сост. Т.Л. Бука, М.Л. Митрофанова. -М.: Изд-во Института психотерапии, 2005.
4. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. Пер. с нем. - М.: Генезис, 2002.
5. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. Пер. с нем. - М.: Генезис, 2002.

Рейтинг материала:2,0 (голосо