

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад № 21
муниципального образования город Новороссийск
ул. Анапское шоссе, 23«В» mbdoy-21@yandex.ru тел.: 8(8617) 21-48-90



Мини-тренинг для педагогов ДОУ:
«Сплочение педагогического коллектива».

Подготовила: педагог-психолог
Романенко Лилия Борисовна

2024 год

Мини-тренинг для педагогов ДОУ:

«Сплочение педагогического коллектива».

Цель: снятие психоэмоционального напряжения; сплочение педагогического коллектива и построение эффективного командного взаимодействия; эмоциональной устойчивости, уверенности в себе, доброжелательного отношения друг к другу; мотивация педагогов к самосовершенствованию, рефлексии, овладению механизмами коммуникативной компетентности; вызвать ощущение доверия и психологического комфорта в данной группе людей.

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;
- повышение коммуникативных навыков педагогов;
- настрой на удачу, счастье, добро и успех.

Необходимые материалы для тренинга:

- 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

Психолог:

«Уважаемые коллеги! Сегодня мы поговорим с Вами о психологическом климате коллектива, а также 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».

В течении тренинга вы будете выполнять задания по teambuilding, т.е. на сплочение коллектива. «Сплочение – это возможность для команды стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Ведь только сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

1. Упражнение «Тренинговое имя»

Цель: дать возможность подчеркнуть свою индивидуальность.

- Нам предстоит большая совместная работа, а потому нужно познакомиться и запомнить имена друг друга. На тренинге нам предоставляется прекрасная возможность, обычно недоступная в реальной жизни, - выбрать себе имя. Ведь часто бывает, что кому-то не очень нравится имя, данное ему родителями; кого-то не устраивает форма обращения, привычная для окружающих, - скажем, все вокруг зовут девушку Ленка, а ей хочется, чтобы к ней обращались «Леночка», или «Ленуля», или как-то необычно и ласково, как обращалась мама в детстве. Некоторым по душе, если их называют по отчеству, без имени - Петровна, Михайловна. А кто-то втайне мечтает о красивом имени, которое носит его кумир. Есть люди, которые имели в детстве забавную кличку и были бы не против, чтобы и сейчас в неформальной обстановке к ним обращались именно так.

- У вас есть тридцать секунд для того, чтобы подумать и выбрать для себя игровое имя и написать его на бэйдже. Все остальные члены группы (и ведущие тоже) в течение всего тренинга будут обращаться к вам только так.

Одновременно с оформлением визиток участникам нужно подумать над



заданием: назвать качество, характерное для вас, которое начинается с первой буквы вашего имени. (Например, Лариса – ласковая). Затем, когда визитки готовы, всем по очереди предлагается назвать свое имя и качество.

2. Принятие правил группы:

Ведущий после знакомства предлагает принять правила группы, если участники согласны, они громко хлопают в ладоши, если не согласны – топают ногами.

1. Доверительный стиль общения (одно из его отличий — называние друг друга на «ты» - по имени, что психологически уравнивает всех членов группы и ведущего).

2. Общение по принципу «здесь и теперь» (говорить только о том, что волнует участников в данный момент, и обсуждать то, что происходит в группе).

3. Давать безоценочное суждение - способность выразить свои мысли без оценок, не приписывая личной точки зрения к поведению другого человека.

4. Отказ от безличных речевых форм, помогающих людям в повседневном общении скрывать собственную позицию и уходить от ответственности, свои суждения выдвигать в форме «Я считаю...», «Я думаю...».

5. Активно и с юмором участвовать в происходящем, контактировать как можно с большим количеством участников группы.

6. Конфиденциальность (происходящее на занятии не выносится за пределы группы).

3. Упражнение «Друг к дружке»

- Я предлагаю вам поиграть в игру-активатор «Друг к дружке», во время которой всем участникам нужно выполнять очень-очень быстро движения. Встаньте в круг, выберите себе партнера и быстро пожмите ему руку.

- А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро «поздороваться» друг с другом. А когда я скажу: «Друг к дружке!» вы должны поменять партнера.

- Правая рука к правой руке!
- Нос к носу!
- Спина к спине!
- Друг к дружке.
- Носок к носку!
- Живот к животу!
- Лоб ко лбу!

- Друг к дружке.
 - Бок к боку!
 - Колено к колену!
 - Мизинец к мизинцу!
 - Друг к дружке.
 - Бедро к бедру!
 - Ухо к уху!
 - Пятка к пятке!
 - Друг- к дружке.
 - Затылок к затылку!
 - Локоть к локтю!
 - Кулак к кулаку!
 - Друг к дружке.
- Пожмите друг другу руки. Молодцы. Спасибо.

4. Упражнение «Радуга»

Цель: сплочение коллектива

Участники тренинга встают в круг, берутся за руки. Ведущий: «Представьте, что после летнего дождя в небе появилась радуга. Представьте, все цвета радуги: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый – каждый цвет по-своему прекрасен, очень ярко.... Но вместе, объединившись, цвета создают такое чудесное явление природы как радуга. Каждый из нас так же индивидуален как любой из цветов радуги. И мы с вами, взявшись за руки, становимся еще прекраснее, чудеснее как сама Радуга. Объединяясь в единое целое, мы становимся лучше, сильнее... и т.д.».

Анализ упражнения:

1. Расскажите о своих ощущениях после упражнения?
2. Смогли ли вы почувствовать себя частью одного целого?

5. Упражнение «Путаница»

Цель: повысить тонус группы и сплотить участников.

Вся команда становится в круг и вытягивает вперед руки. После этого каждый участник должен схватить своей рукой за руку другого человека. Нельзя брать за руку своего соседа или обеими руками соединяться с одним и тем же человеком. После того как все взяли за руки, группа должна распутаться, то есть, не разжимая рук, сделать так, чтобы все снова стояли в кругу.

6. Упражнение «Хип-хоп»

Педагог-психолог дает задание: «При слове «хип» нужно назвать имя соседа слева, при слове «хоп» – соседа справа. Психолог называет педагога по имени, добавляя «хип» или «хоп» (пример: «Татьяна, хип!») - Татьяна должна быстро назвать имя соседа слева и выбрать следующего педагога, добавив «хип» или «хоп»).

7. Упражнение «Ассоциации» (тайное)

Эмпатия – это представление о том, что происходит во внутреннем мире другого человека. Сейчас мы попробуем определить свою эмпатическую чувствительность. Участники тренинга делятся на два круга: внутренний и внешний (должны образоваться пары). Каждому участнику на спину прикрепляются альбомные листы и выдаются фломастеры. Ведущий задает вопросы, а участники тренинга пишут друг другу ответы на листах бумаги: слова–ассоциации.

Вопросы:

1. На какой цветок похож этот человек?
2. На какое животное?
3. На какой фрукт?

Рефлексия:

- У всех ли совпали ассоциации с личным мнением?
- Кто не согласен с предложенными вариантами?



8. Упражнение «Кочки»

Цель: развитие коммуникативных навыков, сплоченности членов группы; умение идти на уступки, сотрудничать и действовать сообща.

Каждому участнику выдается листок бумаги А4. Все собираются на одном конце комнаты и ведущий поясняет, что впереди - болото, листы - это кочки, все участники - лягушки, а ведущие - крокодилы. Задача группы - не потеряв ни одной лягушки, добраться до противоположного конца комнаты. Наступать можно только на кочки. Крокодилы могут топить (забирать) оставленные без присмотра кочки. Наступать можно только на кочки. Если лягушка оступилась, или не все лягушки смогли перебраться на другой берег, потому что не осталось кочек, то выиграли крокодилы, и игра начинается сначала.

9. Релаксационное упражнение «Источник» (под музыку)

Всем участникам предлагается сесть удобно, расслабиться, закрыть глаза. Под фонограмму «Вода» (сборник мелодий для релаксации) ведущий спокойно и четко проговаривает текст:

- «Представьте, что вы идете по тропинке в лесу, наслаждаясь пением птиц. Сквозь пение птиц ваш слух привлекает шум льющейся воды. Вы идете на этот звук, и выходите на источник, бьющий из гранитной скалы. Вы видите, как его чистая вода сверкает в лучах солнца, слышите его плеск в окружающей тишине. Вы проникаетесь ощущением этого особенного места, где все гораздо чище и яснее, чем обычно.

- Начните пить воду, ощущая, как в вас проникает ее благотворная энергия, просветляющая чувства. Теперь встаньте под источник, пусть вода льется на вас. Представьте, что она способна протекать сквозь каждую вашу клетку. Представьте также, что она протекает сквозь бесчисленные оттенки ваших чувств и эмоций, что она протекает сквозь ваш интеллект. Почувствуйте, что вода вымывает из вас весь тот психологический сор, который неизбежно накапливается день за днем – разочарования, огорчения, заботы, всякого рода мысли.

- Постепенно вы чувствуете, как чистота этого источника становится вашей чистотой, а его энергия – вашей энергией. Наконец, представьте, что вы и есть этот источник, в котором все возможно, и жизнь которого постоянно обновляется».

По окончании упражнения участникам предлагается постепенно открыть глаза. Можно посоветовать использовать это упражнение, принимая душ.

10. Упражнение «Рукопожатие»

- «Мы все сегодня плодотворно поработали, и все заслужили благодарность. Пока я считаю до 10, вы должны успеть поблагодарить друг друга рукопожатием».

Обратная связь:

Тренинговое имя участника _____

1. Степень включенности: 1 2 3 4 5

Что помешало Вам быть более активным в тренинге?

2. Самые значимые (полезные) для Вас игры (упражнения), которые помогли лучше понять себя:

3. Что Вам не понравилось в ходе тренинга?

4. Ваше мнение после проведённого тренинга?

О себе: _____

О группе: _____

5. Ваши пожелания:
