

Тренинг для педагогов

«Жизнь прекрасна и удивительна»,

«Психологическая компетентность педагога»

Удивительное рядом!

Удивительное рядом – оглянись по сторонам!

Удивительное рядом – может тут, а может, там!

Удивительные птицы, небо, солнце и трава!

Удивительные люди, их поступки и слова.

Удивительный прохожий улыбнулся широко.

Он спешит куда-то тоже, а мне стало так легко!

Удивительные дети мимо радостно бегут.

Удивительные дети удивительного ждут.

Удивительное море! (в луже грязная вода).

А мальчишка запускает в путь бумажные суда.

Удивительная туча – вереница лошадей.

В этой серой темной куче отыскать, ты, их сумей.

Удивительные пятна оставляет серый дождик.

Удивительно занятно, потому что дождь – художник!

Удивительное рядом даже в серое ненастье.

Удивленным детским взглядом вдруг увидеть это – **СЧАСТЬЕ**

Цель: формирование у педагогов жизнеутверждающей позиции, позитивного отношения к себе и окружающим, своей жизни. Развитие навыков определения и проектирование жизненных перспектив. Повышение уровня психологической компетентности педагогов и их общей психологической культуры.

Задачи:

- повышать коммуникативные навыки педагогов;
- развивать эмоциональную устойчивость, уверенность в себе;
- способствовать развитию эмпатии и рефлексии как профессиональных качеств педагога.
- повышать самооценку педагогов.

Ход тренинга

Вступительное слово

Педагог-психолог: у меня в руках волшебная шкатулка, в ней - самое ценное сокровище планеты Земля. Давайте познакомимся с этим сокровищем. (Все по очереди смотрят в шкатулку, в которой на дне лежит зеркало, не рассказывая кого там увидели)

- Кого вы увидели в волшебной шкатулке? Так, каждый увидел в волшебной шкатулке себя.

Самый главный человек в мире - это каждый из вас, потому что мир неповторимый и разнообразный благодаря людям.

Упражнение «Визитка настроения»

Ход упражнения: участники выбирают цвет своего настроения и пишут свое имя (создают визитку). По очереди называют свое имя, свое положительное качество и объясняют, почему выбрал этот цвет для визитки (ассоциация).

Красный - человек, выбирающий этот цвет в данный момент активен, уверен в себе и полон решимости. Вы заряжаете энергией окружающих и готовы после рабочего дня выполнить еще массу дел. Кроме этого красный может говорить об агрессии и раздражительности. Состояние в данный момент может быть также охарактеризовано как напряженное, возбудимое и беспокойное.

Желтый - это цвет счастья и интеллекта. Поэтому, если вы выбрали данный цвет, то в данный момент можете испытывать потребность в общении и получении новых знаний и информации. В этом состоянии легко решать поставленные задачи. Кроме этого желтый цвет говорит о положительном настроении и спокойствии.

Зеленый - Это цвет гармонии и естественности. Однако зеленое настроение может быть двояким: внешне вы можете выглядеть спокойным, а внутри могут кипеть эмоции (скорее положительные). Зеленый цвет также говорит о склонности к анализу: в этот момент вы можете быть озадачены каким-либо решением, воспоминаниями из прошлого или планами на будущее.

Синий - Говорит об абсолютной гармонии: то, что происходит внутри, отражается и вовне. Этот цвет говорит о спокойствии и умиротворении. В данный момент вы можете быть погружены в себя или испытывать симпатию к кому-то или чему-то. Однако в таком состоянии трудно мобилизовать свои силы для решения задач.

Черный — беспокойство и отстраненность. Это противоречивый цвет. С одной стороны он говорит о чувстве защищенности и стабильности, с другой — о грусти и подавленности. Выбор черного цвета говорит о напряжении или переживании стресса. В этот момент можно чувствовать себя несчастным или неудачливым, и хочется побыть в одиночестве.



Упражнение «Жизнь - это»

Под спокойную музыку участники передают по кругу зажженную свечу - символ жизни.

Представьте, что зажженная свеча - ваша жизнь. Когда свеча находится в ваших руках, только вы можете решить - будет гореть она или погаснет. То же самое и с жизнью - лишь вы решаете, какой она будет. Продолжите фразу: «Жизнь - это ...».

Древняя притча «Сам слепи свое счастье»

Бог слепил человека из глины, и остался у него неиспользованный кусок.

- Что ещё слепить тебе? - спросил Бог.

- Слепи мне счастье, - попросил человек.

Ничего не ответил Бог, и только положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины.

- Подумайте и скажите, почему Бог положил на ладонь оставшийся кусок глины?

Мы ищем счастье тут и там,
За ним мы бродим по пятам,

Ему твердим мы бесконечно -
С тобою быть хотим навечно!

Мечтая в счастье раствориться,
Мы долго, вглядываясь в лица.
Найти пытаемся ответ -
В чем счастье? Есть оно, иль нет?

Мы пребываем в заблуждении,
Что счастье - чьих-то рук творение,
Что к нам вот-вот придет волшебник,
И осчастливит нас, в сей миг!

Вопросы:

- Как вы думаете: «Счастье - чьих рук творение?»

Вывод:

А счастье ходит с нами рядом,
С улыбкой говоря: «Смотри!
Меня искать совсем не надо,
Я есть всегда, ведь я внутри!»

Педагог-психолог: для нас педагогов, является счастьем успехи наших воспитанников, отзывчивые родители, уважение коллег. Этого всего не добиться без определенных личностных качеств, профессионализма, компетентности. Компетентность – это осведомленность, авторитетность.

Одной из важнейших компетентностей является умение общаться с родителями.

Упражнение «Выбери фразу» (учимся общаться с родителями)

Педагог-психолог: воспитатель несет ответственность за последствия того, что он говорит. Чтобы речь положительно воздействовала на родителей, нужно выбирать фразы, исключающие срабатывание психологической защиты у родителей. Существует несколько правил, которые следует учитывать при выборе фразы:

- утверждается осведомленность собеседника в обсуждаемой проблеме;
- инициатор беседы уверен в себе;
- исключаются неуважение и пренебрежение к собеседнику, вынуждающие его обороняться и подыскивать контраргументы;
- обращение непосредственно к собеседнику формулируется в форме «Вы-подхода»

Инструкция: педагогам предлагается найти в предложенном перечне:

1. пять «неудачных» фраз, которые не следует употреблять;
2. «нежелательные» фразы и смысловые («желательные») пары к ним.

Раздаточный материал:

Инструкция: выделите, на ваш взгляд, «неудачные» фразы красным цветом, а «нежелательные» в паре с «желательными» – синей стрелочкой так, чтобы стрелка шла от «нежелательной» фразы к «желательной»:

Извините, если я помешала...

Я бы хотела...

Вероятно, вы об этом еще не слышали...

Вам будет интересно узнать...

Я бы хотела еще раз услышать...

Мне представляется интересным то, что...

Я пришла к такому выводу, что...

Вы хотите...

Думается, Ваша проблема заключается в том, что...

Давайте с вами быстро обсудим...

Как вы знаете...

Хотя вам это и неизвестно...

Пожалуйста, если у вас есть время меня выслушать...

Вы, конечно, об этом еще не знаете...

А у меня на этот счет другое мнение...

Конечно, вам уже известно...

Вы, наверное, об этом слышали...

После выполнения упражнения проходит обсуждение и соотнесение с верными ответами:

«Неудачные» фразы: «Извините, если я помешала...», «Я бы хотела еще раз услышать...», «Давайте с вами быстренько обсудим...», «Пожалуйста, если у вас есть время меня выслушать...», «А у меня на этот счет другое мнение...».

«Нежелательные» фразы в паре с «желательными»: «Я бы хотела...» – «Вы хотите...»; «Вероятно, вы об этом еще не слышали...» – «Вы, наверное, уже об этом слышали...»; «Мне представляется интересным то, что...» – «Вам будет интересно узнать...»; «Я пришла к такому выводу, что...» – «Думается, ваша проблема заключается в том, что...»; «Хотя вам это и неизвестно...» – «Конечно, вам уже известно...»; «Вы, конечно, об этом еще не знаете...» – «Как вы знаете...»



Правила эффективного общения

Самые универсальные – это:

1. Улыбка
2. Имя собеседника
3. Compliment

- убрать барьеры, «увеличивающие» расстояние в нашем восприятии в общении (стол, книга, лист бумаги в руках);

- жесты. Использовать по ходу разговора открытые жесты, не скрещивать перед собой руки, ноги. (Известные жесты: «замки» (скрещенные на груди руки, пальцы рук, ноги);

- всем своим видом поддерживать состояние безопасности и комфорта (отсутствие напряженности в позе, резких движений, сжатых кулаков, взгляд исподлобья, вызывающая интонация в голосе).

- еще одна техника установления контакта - присоединение. Оно означает умение говорить с родителями на одном языке, просто, не перегружая информацией. Использовать прием присоединения, т.е. найти общее «Я»: «Я сам такой же, у меня то же самое!». Как можно реже употреблять местоимение «Вы...» (Вы сделайте то-то!), «Вы должны это...!») Чаще говорить; «Мы»: «Мы все заинтересованы, чтобы наши дети были здоровы, умели..., знали...!», «Нас всех беспокоит, что дети...», «Наши дети...», «Нас объединяет общее дело – это воспитание наших с вами детей!»

Игра «Полотно счастья»

Педагог-психолог: педагоги немного волшебники, которые могут всё. Я вам предлагаю соткать полотно своего счастья. Чтобы соткать полотно, нам нужны нитки. В моих руках моток обыкновенных ниток. Сегодня мы с вами будем превращать их в Нити Счастья. Встаньте в круг, так, чтобы чувствовать друг друга. Мы будем передавать нитки друг другу. У кого окажется моток ниток, должен ответить на вопрос: «Что такое счастье?» и передать этот моток другому человеку по вашему выбору. Обыкновенный моток нитей, совершая путь от одного человека к другому, становится мотком Нитей Счастья.

- В моих руках Нити Счастья. В памяти нитей запечатлены все ваши ответы, рассуждения, мысли о счастье. Теперь при помощи этих нитей мы с вами будем ткать Полотно Счастья.



Игра «Имена» (плетем полотно)

Мы все связаны друг с другом Нитями счастья, и теперь пора приступать к ткачеству полотна. С какими чувствами и эмоциями, мыслями и желаниями, мы будем ткать это

полотно, таким оно и получится. Передавать моток вы можете любому участнику, говоря ему комплимент.

Вопросы для обсуждения:

- Понравился ли вам комплимент?
- Приятно ли было вам получать комплимент?
- Что приятнее получать или говорить комплимент?



Игра «Оберег Счастья»

- Мы с вами соткали Полотно Счастья. Вот оно в наших руках. Мы с вами настоящие волшебники! Рассмотрите внимательно, наше с вами Полотно счастья. Не торопитесь, не упускайте никаких деталей, ведь в наших руках - чудо. Запомните это чудо рук творенье!

Вопросы:

- Что вы чувствуете, держа его в руках?
- Что оно вам напоминает?
- Опустите Полотно Счастья на пол. Освободите свои пальцы от нитей. Постарайтесь не нарушить форму нашего полотна. Давайте разрежем на части наше полотно, и по одной частичке оставим себе на память о нашей встрече. И эти частички полотна Счастья станут вашими личными оберегами счастья. Завяжите их себе на запястье.
- У каждого счастье в чем-то своем.

Рефлексия

Педагог-психолог: жизнь человека будет прекрасной и удивительной, если он сам будет к этому стремиться, все зависит от него самого. Деятельность педагога будет складываться благополучно, если он будет обладать определенными личностными качествами и знаниями, владеть которыми будет желание. И каждому под силу изменить себя, культивируя свои лучшие качества. Все в ваших руках!

Свое мнение о нашей встрече вы сможете высказать с помощью анкет.

Анкета «Обратная связь»

1. Ваша степень включенности на тренинге (*обведите*):

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Самые значимые (полезные) для вас эпизоды, упражнения, во время которых удалось что-то лучше понять в себе

3. Что вам не понравилось? Почему?

4. Ваши мысли после тренинга

5. Ваши замечания и пожелания (по содержанию, по форме проведения и т.п.)

Список литературы

1. Коммуникативная компетентность педагога ДООУ: семинары-практикумы, тренинги, рекомендации / авт.сост. А.В.Ненашева, Г.Н.Осинина, И.Н.Тараканова. - Волгоград: Учитель, 2011. - 143с.

2. Педагогика взаимопонимания: занятия с родителями / авт.сост. О.В.Москалюк, Л.В.Погонцева. - 2-е изд. - Волгоград: Учитель, 2011. - 123с.