18.09.2014г.

Время проведения:1 час

Проводит: педагог-психолог Павлова О.А.

Тренинг «Адаптация молодого педагога»

**Цель:** создание комфортной обстановки, формирование дружелюбного, терпеливого и уважительного отношения к личности каждого участника, развитие умения видеть уникальность каждого человека.

**Основные задачи:** разработка и принятие правил работы в группе, исследование психологических проблем, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психологического здоровья участников группы.

## Приветствие Упражнение 1. Самопрезентация.

Ведущий тренинга просит всех участников рассказать о себе.

*Важно говорить не столько о биографии, сколько о своих личностных качествах. Участники тренинга могут задавать уточняющие вопросы. Акцент необходимо делать на положительных качествах. На самопрезентацию одного участника отводится 1-2 минуты.*

## В помощь участникам предлагается заполнить ладонь, в центре написать свое имя, на каждом пальце отметить свои личные качества (сильные стороны личности). По окончании работы участники меняются ладошками друг с другом и записывают положительные качества, которые принадлежат тому или иному участнику группы.

## Упражнение 2. Обсуждение правил работы в группе.

Ведущий объясняет участникам основные принципы и особенности тренинговой работы. Участники тренинга приступают к обсуждению правил работы в группе. По итогам обсуждения определяются правила, которые принимают все участники группы.

## Упражнение 3. «Выбрось пальцы». Разминка

Ведущий предлагает участникам тренинга по его команде «выбросить» пальцы. Упражнение повторяется до тех пор, пока все участники не выбросят одинаковое количество пальцев. Необходимо обратить внимание на обсуждение самоотчетов участников тренинга: что способствовало или затрудняло действовать согласованно.

## Основная частьУпражнение 4. «Кто я такой».

Ведущий предлагает взять несколько листов чистой бумаги и написать на одном из них в правом верхнем углу 10 из своих имен, к которым участники в наибольшей степени привыкли.

После этого необходимо дать десять ответов на вопрос «Кто я такой?». Это необходимо сделать быстро, записывая свои ответы точно в той форме, как они приходят в голову.
Далее необходимо ответить на тот же вопрос так, как, по вашему мнению, отозвались бы о вас ваши дети.

Необходимо сравнить эти два набора ответов и в письменной форме указать следующее:
\* В чем состоит сходство?
\* Каковы различия?
\* Если есть различия, то как вы их объясните применительно к самому себе?
\* Каким образом эти различия объяснимы с точки зрения учеников?
\* Какие из 10 ответов вашей самохарактеристики касались физических качеств, психологических особенностей и социальных ролей.
По итогам данного упражнения происходит обсуждение того, что вызвало затруднение со стороны участников тренинга.

|  |  |
| --- | --- |
| Кто я такой? | 10 из своих имен |
| Как, по вашему мнению, отозвались бы о вас ваши дети. |

Упражнение 5. «Карта моей работы с детьми».

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Для чего существует моя работа с детьми? | Что я делаю как специалист в своей работе с детьми? | Что я еще могу сделать для успешной работы с детьми? | Как я пойму, что я успешна в работе с детьми (результаты деятельности) | ГЕРБ моей работы с детьми (нарисовать или описать) (задание) |
|  |  |  |  |  |

Предлагается воспитателям ответить на вопросы. Ответы зачитываются и обсуждаются в группе. В чем сходство и различие в работе педагогов?

Упражнение 6. «Властелины кольца».

Описание упражнения. Для выполнения этого упражнения понадобится кольцо диаметром 7-15 см (например, моток неширокого скотча), к которому привязаны на равном расстоянии друг от друга 3 нитки длиной 1,5–2 м каждая. Три участника становятся по кругу на расстоянии примерно 1,5 м друг от друга, и каждый из них берет в руки по одной нитке. Их задача – действуя синхронно, опустить кольцо точно на мишень – например, лежащую на полу монетку. Упражнение выполняется в нескольких вариантах:

1. Участники стоят с открытыми глазами и могут переговариваться между собой (самый простой, «разминочный» вариант).

2. Глаза участников открыты, но переговариваться они не могут.

3. Участники закрывают глаза. За спиной каждого из них встает еще по одному человеку, которые смотрят на происходящее и подсказывают каждый своему подопечному, как двигать нитку, чтобы кольцо опустилось в нужном месте.

4. Так же, как вариант 3, но переговариваться нельзя. Вместо этого участники, глаза которых открыты, кладут руку на плечо тех, кто держит нитку с закрытыми глазами, и управляют ими с помощью движений своей руки.

Психологический смысл упражнения. Обучение координации совместных действий, поиску способов коллективного решения необычной проблемы, а также обмену информацией при ограниченности средств для этого.

(Моделируется ситуация «воспитатель – ребенок - родитель». Воспитатель: «Руковожу всеми», родитель: «Тяну на себя», ребенок: «А мне все равно».)

Обсуждение. Сначала участники обмениваются впечатлениями по поводу упражнения, потом их просят поделиться своими мнениями о том, какие психологические качества важнее всего для успешного выполнения этого упражнения и каким реальным жизненным ситуациям его можно уподобить.

Упражнение 7. «Профессиональный герб».
Ведущий предлагает каждому из участников изобразить контуры профессионального герба, который предстоит наполнить внутренним содержанием. Для этого необходимо определить некоторые моменты профессиональной деятельности:
· достижение или событие, которое участник оценивает как самое знаменательное в своей профессиональной деятельности;
· событие, которое участник считает наиболее значимым в профессиональной деятельности;
· вещи или предметы, при помощи которых вас могут сделать счастливым ваши учащиеся;
· событие, которое вам запомнилось как самое неприятное в вашей педагогической деятельности;
· ваши личностные качества, которые помогают вам в вашей педагогической деятельности.
Главное условие выполнения данного упражнения: заполняя профессиональный герб, участники должны пользоваться рисунками, а не словами. После того, как гербы наполнены внутренним содержанием, они развешиваются на стене (на доске), и получается своеобразная галерея жизненных альтернативных позиций. Участники присматриваются к различным профессиональным гербам и в ходе обсуждения отвечают на вопросы:
· что могут рассказать изображения на гербе о его владельце;
· почему внутреннее содержание рисунков столь различно;
· рисунки какого герба участникам хотелось бы изменить, и чем вызвано такое желание;
· есть ли среди профессиональных гербов самый лучший и почему.

Рефлексия

По итогам проходит обсуждение того, что способствовало или затрудняло достижение поставленных целей занятия и участникам тренинга предлагается высказать свое мнение о ходе совместной работы.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Для чего существует моя работа с детьми? | Что я делаю как специалист в своей работе с детьми? | Что я еще могу сделать для успешной работы с детьми? | Как я пойму, что я успешна в работе с детьми (результаты деятельности) | ГЕРБ моей работы с детьми (нарисовать или описать) |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Для чего существует моя работа с детьми? | Что я делаю как специалист в своей работе с детьми? | Что я еще могу сделать для успешной работы с детьми? | Как я пойму, что я успешна в работе с детьми (результаты деятельности) | ГЕРБ моей работы с детьми (нарисовать или описать) |
|  |  |  |  |  |