Работа педагога – психолога с педагогами ДОУ.

«Тренинг личностного роста на сплочение коллектива».

Гусева Е.Н.

Все мы с вами разные. У каждого из нас есть свой характер, свои интересы и предпочтения. Коллектив наш состоит из людей разного возраста, но все же мы один коллектив.

Каждый человек индивидуален, поэтому одно дело, когда люди встречаются на не продолжительный период времени, но совсем другое, когда они работают в одном коллективе.

В последнем случае необходима толерантность, поиск компромиссов, умение создать доброжелательную рабочую атмосферу. Всем ясно, что каждому человеку важна комфортная психологическая обстановка на рабочем месте.

Межличностные отношения на работе оказывают огромное влияние на эмоциональное состояние человека. Именно от этого зависит: будет ли человек себя комфортно чувствовать на рабочем месте или нет. Ведь если человеку не комфортно на этом месте, в данном коллективе, то и делать ему ничего не хочется.

Я хочу, чтобы наш коллектив был дружным, сплоченным, чтобы мы уважали друг друга и всегда готовы были прийти друг другу на помощь в трудной ситуации.

**Упражнение 1:** «Имя – движение» Участники встают в круг, каждый из них по очереди выходит на шаг вперед, произносит свое имя и делает какое-нибудь движение. Группа хором повторяет имя, сопровождая его таким же движением.

**Упражнение 2:** Передай предмет по кругу. Придумываем предмет и даем задание человеку справа передать этот предмет дальше, проявляем фантазию и актерское мастерство. (горящая свеча, тяжелый чемодан и др)

**Упражнение 3:** «Два круга» (мы с тобой похожи тем что…, а разные мы в том что…)

**Упражнение 4: «**КАРАНДАШИ»

Группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 350-360 см.), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

1. Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.

2. Вытянуть руки вперед, отвести назад.

3. Сделать шаг вперед, два шага назад, шаг вперед (сужение и расширение круга).

4. Наклониться вперед; назад; выпрямиться.

5. Присесть; встать.

6. Присесть, встать.

7. Шагнуть вперед, поднять руки.

10. Выполнить упражнение с закрытыми глазами.

В дальнейшем можно усложнить и разнообразить упражнение

Цель: Это очень простое и интересное упражнение поможет каждому участнику тренинга прояснить для себя понятие «команда».

**Упражнение 5: Предлагаю каждому** прояснить для себя значение понятия «дружный коллектив». Упражнение, которое мы сейчас с вами проведем, вроде бы простое, но это не совсем так. Вы в этом убедитесь, когда увидите, какими интересными и неожиданными могут быть ответы на многие вопросы.

1. Возьмите ручки и бумагу.

2. Ваша задача - услышать мой вопрос и записать первые же образы, связанные с ним, которые пришли вам в голову.

Если коллектив - это постройка, то она…

Если коллектив - это цвет, то он…

Если коллектив - это музыка, то она…

Если коллектив - это геометрическая фигура, то она…

Если коллектив - это название фильма, то это…

Если коллектив - это настроение, то оно…

Обсуждение: опрос участников по теме ассоциациям, что вы назвали…

**Упражнение 6:** «Четыре лица» Ваши эмоции

На этом листе вы видите четыре лица, вернее, четыре лицевых овала, лишенных всех внешних черт. Вам надлежит не просто нарисовать нос, глаза и губы этим лицам, но и выполнить конкретное задание. Первое лицо должно быть радостным, второе – грустным, третье – злым и четвертое – обиженным. То есть задача проста: четыре лица должны выражать четыре разных человеческих эмоции.

Напомним еще раз. ПЕРВОЕ ЛИЦО (А) — радость, ВТОРОЕ ЛИЦО (Б) — грусть, ТРЕТЬЕ ЛИЦО (В) - злость и ЧЕТВЕРТОЕ (Г) — обида.

Внимательно посмотрите, с помощью чего вы постарались передать ту или иную эмоцию на лицах, это очень важный момент. Те черты лица, на которые вы сделали упор, многое расскажут вам о вашем характере, ваших чувствах.

ПЕРВОЕ ЛИЦО, РАДОСТЬ — если вы сделали основной упор на УЛЫБКУ, сделав ее широкой и открытой, то это значит, что вы веселый и жизнерадостный человек, с удовольствием делитесь своей радостью с окружающими.

ВТОРОЕ ЛИЦО, ГРУСТЬ — если вы постарались передать грусть с помощью РТА С ОПУЩЕННЫМИ ВНИЗ УГОЛКАМИ, то это означает, что вы доверчивый и ранимый человек, вас легко обидеть, вы сопереживаете всем и стараетесь помочь тем, кто в этом нуждается.

ТРЕТЬЕ ЛИЦО, ЗЛОСТЬ — если вы сделали основной упор на НОС С РАЗДУТЫМИ НОЗДРЯМИ, то это значит, что вы прямой человек, последовательный в своих словах и поступках. Вы цените откровенность и предпочитаете действовать прямолинейно и открыто, презираете трусость и подлость.

ЧЕТВЕРТНОЕ ЛИЦО, ОБИДА — если вы постарались передать обиду, сделав упор на ПЕЧАЛЬНЫЕ ГЛАЗА И БРОВИ ДОМИКОМ, то это говорит о вашей впечатлительности и непосредственности, вы верите в лучшее и надеетесь на светлое завтра. Вас легко обмануть, вы часто разочаровываетесь в людях и в жизни.

Вообще, при расшифровке этого теста следует учитывать следующее. ГЛАЗА - это ваша готовность получать информацию и перерабатывать ее. РЕСНИЦЫ - склонность к демонстративности, вызывающее поведение. БРОВИ - это способность к самостоятельному анализу ситуации и принятию решения. МИМИЧЕСКИЕ МОРЩИНЫ НА ЛБУ - склонность к размышлению. СКЛАДКА МЕЖДУ БРОВЕЙ - нерешительность, нежелание идти на риск. HOC - умение строить догадки и предположения, интуиция. РОТ - контакт с окружающим миром, средство выражения собственных мыслей и желаний. ПОДБОРОДОК - упрямство, неспособность признать свою ошибку и с достоинством принять свое поражение. УШИ - умение выслушать доводы других людей и принять их точку зрения. МОРЩИНЫ ВОЗЛЕ РТА - вечное недовольство, нежелание идти на компромисс, несогласие.

