Тренинг межличностного взаимодействия для педагогов «ОБЩЕНИЕ С ДЕТЬМИ И КОЛЛЕГАМИ»

Дата проведения: 31.10.2017г

Педагог-психолог: Г.И.Осипова

Цель тренинга: Развитие коммуникативных навыков межличностного взаимодействия. Раскрытие внутреннего творческого потенциала педагогов.

Задачи:

- развитие умения находить подход к людям
- подчеркнуть важность интонаций в процессе коммуникации
- развитие умения невербального средства общения
- обучение эффективным способам общения
 - активизация и укрепление доверия педагога к самому себе, к собственным желаниям и потребностям, развитие его индивидуальности, расширение самосознания, поиск эффективного индивидуального стиля педагогической деятельности;
 - повышение уровня самооценки учителя;
 - формирование у педагогов эмоционально-положительного отношения к детям;
 - развитие средств эффективного общения педагогов с коллегами по работе.

Ход тренинга:

1. Вступление.

Человек без общения не может жить среди людей, развиваться, творить. В структуре межличностного взаимодействия выделяют основное содержание общения, а именно передачу информации, взаимодействие, познание людьми друг друга. Очень важно уметь общаться, грамотно доносить свои мысли, чтобы тебя поняли. Существует китайская поговорка: «Расскажи мне – и я забуду, покажи мне – и я запомню, вовлеки меня и- и я пойму и чему-то научусь». Человек усваивает 10% от того, что слышит, 50% от того, что видит, 70% от того, что сам проговаривает, 90% от того, что сам делает. Тренинг – это тренировка души, разума и тела, это содержательные упражнения, ролевые и психологические игры, работа в парах и группах, и конечно же это живое общение между людьми.

2. Упражнение «Аплодисменты» .

Цель: повышение настроения и самооценки, активизация участников группы.

Процедура проведения: Ведущий просит выполнить определённое задание тем, кто обладает определённым умением или качеством. Остальные участники в это время аплодируют другим.

- Поднимите правую руку, кто любит посещать кафе, рестораны.
- Поднимите левую руку, кто знает, что обозначает его имя.
- Руки в стороны у кого есть в сарае корова.
- Руки за голову кто по утрам любит поспать.
- Поднимите обе руки, кто занимается физкультурой или спортом.
- Закройте руками глаза, кому не хочется ходить на работу.

- Наклонитесь вправо, кто любит читать книги.
- Наклонитесь влево, кто любит сидеть в интернете.
- Опустите голову вниз, кто любит шоколадные конфеты.
- Встаньте все те, у кого сегодня хорошее настроение.

3. Упражнение «Сказки»

Я предлагаю просмотреть сказки и выбрать из них какая вам ближе.

- **“Аленький цветочек”**. С одной стороны, прекрасная история, учит доброте и самопожертвованию. С другой стороны, в нашем подсознании откладывается установка - путь к счастью лежит через страдания, самоотречение, проблемы.
- **“Красная шапочка”**. Замечательная сказка. Однако некоторые психологи обнаружили в ней обратный эффект – ребенка она учит излишней наивности (где это видно, Красная Шапочка, увидев пасть волка, не убежала, а наоборот, начала расспрашивать, почему у него такие большие уши, зубы и т.д.). Если ребенком, вы зачитали эту книгу до дыр, не удивляйтесь, что вам за 40, а вы все еще верите первому встречному, а потом оказываетесь в абсолютно дурацком положении.
- **“Колобок”**. Сказка учит быть гибким, решительным в различных ситуациях. Быстрая реакция – залог успеха. Хитростью можно добиться многого.
- **“Золушка”**. Влюбившиеся в эту героиню девочки навсегда для себя усвоили: для того, чтобы стать счастливой, нужно много и кропотливо работать. Практика показывает, что юные золушки оканчивают школу с медалью, а спустя некоторое количество времени становятся бизнес-вумен. Как правило, у них образцовый дом.
- **“Василиса Премудрая”**. Любительницы этой сказки всю жизнь вынуждены входить в чье-то положение. Они всегда дадут совет, поддержат, утешат в нужную минуту. Из них получаются заботливые и мудрые матери. Один нюанс – порой мужья садятся им на шею, увлекаясь игровыми автоматами, жена посердится, а потом приласкает. Все-таки Премудрая!

4. Упражнение «Передать одним словом»

Цель: подчеркнуть важность интонаций в процессе общения.

Материалы: карточки с названиями эмоций.

Ход упражнения.

Участникам раздаются карточки, на которых написаны названия эмоций, и они, не показывая их другим участникам, должны сказать слово «Здравствуйте» с интонацией, соответствующей эмоции, написанной на карточке. Остальные отгадывают, какую эмоцию пытался изобразить участник.

Список эмоций: Радость, удивление, сожаление, разочарование, подозрительность, грусть, веселье, равнодушие, спокойствие, заинтересованность, уверенность, желание помочь, усталость, волнение, энтузиазм.

5. Упражнение "Посещение зоопарка"

Цель : снятие эмоционального напряжения

Встаньте, пожалуйста, друг за другом (паровозиком по кругу). Психолог становится позади последнего из участников и рассказывает о посещении зоопарка, массируя

спину тому, кто стоит впереди. Остальные повторяют за психологом, по кругу делают массаж друг другу.

1. В зоопарке утро. Служащий зоопарка чистит граблями дорожки*(при помощи пальцев делать по спине движения сверху вниз, справа налево)*.
2. Затем он открывает ворота зоопарка *(проводить движения рук направо и налево)*.
3. Приходят в зоопарк первые посетители *(при помощи кончиков пальцев "сбегать" вниз по спине)*.
4. Они идут к вольеру с жирафами и смотрят, как они радостно прыгают *(короткие, но сильные хлопки по спине крест-накрест)*.
5. Затем посетители идут к пингвинам, которые весело скользят в воду *(медленно провести ладонями вниз по спине рядом с позвоночником)*
6. Слышатся сильные прыжки кенгуру *("топать" кончиками пальцев по спине)*.
7. Рядом находится вольер со слонами. Они медленно ходят по вольеру *(медленно и сильно нажимать кулаками на спину)*.
8. А сейчас посетители идут в террариум со змеями. Змеи медленно ползают по песку *(делать ладонями движения, похожие на змеиные)*.
9. Вот прогулка подошла к концу. Посетители зоопарка идут к выходу и садятся на скамейку *(кончиками пальцев пробежать по спине и положить обе руки на плечи; почувствовать дыхание партнера)*.

6. Упражнение «Леопольд»

Цель: развить умение находить подход к людям.

Материалы: карточки с кличками котов.

Ход упражнения

Из группы выбирается одна «мышь», все остальные становятся «котами». Каждый «кот» получает бумажку со своим именем, одного из них зовут Леопольдом, а всех остальных – прочими кошачьими именами, например, Василием, Муркой и т.д. При этом Леопольдом может стать участник любого пола, и тренер подчеркивает это группе. Тренер напоминает группе сюжет мультфильма про Леопольда. В этом мультфильме дружелюбный и безобидный кот Леопольд пытается подружиться с мышами, которые постоянно устраивают ему постоянные пакости. В данном упражнении котам тоже нужно будет убедить мышь, что они безобидны и с ними можно иметь дело. Фокус состоит в том, что из всех котов только одного зовут Леопольд и именно он хочет подружиться с мышей. Все остальные коты – опасные хищники, которые только притворяются дружелюбными. Задача каждого кота – убедить мышь, что именно он – безобидный Леопольд. Задача мыши – определить настоящего Леопольда. Котам дается 5 минут на подготовку, после чего они выступают, объясняя «мышь», почему они безобидны. «Мышь» оценивает выступления и говорит, кому из котов она поверила.

Вопросы для обсуждения:

1. Почему мы доверяем одному человеку, но не доверяем другому?
2. Легко ли вам было находиться в роли кота или мыши?
3. Доверяете ли вы людям в жизни?
4. Доверяют ли вам люди?
5. Считаете ли вы, что общение играет важную роль во взаимоотношениях между людьми?

7. Упражнение «Мостик»

Цель упражнения: создание консолидированного педагогического коллектива, развитие у учителей взаимоподдержки и взаимопомощи по отношению друг к другу, отработка невербальных средств общения.

Участники садятся по кругу, в центре которого по диагонали психолог вычерчивает мелом линию. Условия игры он объясняет следующим образом: «Представьте, что эта линия – мостик через бурную горную речку. Внизу под таким подвесным, качающимся на ветру мостиком, бушует река. Пройти по мосту в один конец может только один человек: негде разминуться. Задача игры заключается в том, чтобы два путника, двигающиеся навстречу друг другу, сумели пройти по мостику в противоположные стороны и не свалиться вниз. Кто хотел бы попробовать?»

Из группы по желанию выходят два участника. Решение данной задачи предварительно не обсуждается, люди действуют спонтанно, начиная идти по игровому «мостику» навстречу друг другу. При встрече они должны договориться, применяя минимум слов и затрачивая на переговоры не более одной минуты.

После проигрывания упражнения следует рассмотреть такие вопросы: кто проявил инициативу в решении коммуникативной задачи и кто был ведомым, старались участники игры помочь друг другу или наоборот, пытались достичь только своей цели, не задумываясь о партнере, какие средства более эффективны в подобной условно опасной ситуации?

8. Упражнение «Подарок»

Цель: развитие навыков невербальной коммуникации

Все участники садятся по кругу.

«Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать («вручить») молча (не вербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен угадать, что ему дарят.

Заключение

• Какие трудности возникли у вас в ходе тренинга?

Ведущий: Спасибо всем за участие, искренность. Желаю вам всегда понимать себя и других. Удачи!

Заключительное слово

«До свидания!», «Спасибо!» и «Простите!» Слова эти щедро дарите. проходим, друзьям и знакомым. В троллейбусе, в парке, и в школе и дома. Слова эти очень важны.

Они человеку, как воздух нужны. Без них невозможно на свете прожить.

Слова эти нужно с улыбкой дарить. «До свидания!» Всем спасибо.