**Тренинг для педагогов**

**«Сплочение коллектива и активизация межличностного взаимодействия»**

Тренинг направлен на сплочение педагогического коллектива, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости, уверенности в себе, доброжелательного отношения друг к другу.

Выполняя упражнения тренинга, педагоги учатся понимать друг друга. Тренинг мотивирует педагогов к самосовершенствованию, рефлексии, овладению механизмами коммуникативной компетентности.

**Цель**: развитие коммуникативных навыков и умений педагогов, освоение педагогами приемов эффективного общения через игровые методы, отработка навыков понимания себя, других людей, а также взаимоотношений между людьми.

**Задачи:**

1. Развитие навыков и умений общения с разными группами людей;
2. Освоение активного стиля общения, совершенствование умений эффективного общения;
3. Формирование стиля доверительного общения, отработка навыков понимания окружающих людей;
4. Формирование благоприятного психологического климата, развитие умения работать в команде;
5. Сплочение коллектива;
6. Осознание каждым участником своей роли, функции в коллективе;

**Участники тренинга:**педагоги.

**Форма работы**: упражнения и релаксационные методы.

**Оборудование:**проектор, компьютер, магнитная доска.

**Необходимые материалы:**шляпа,ватман с изображением сердца, сердечки из бумаги, ручки, карточки с пословицами и поговорками, ромашка, игрушка солнышко, разрезные картинки, цитаты из кинофильмов, карточки с названиями животных.

**Организационный этап**

*1.Вступительное слово.*

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня Вы являетесь участниками коммуникативного тренинга, который направлен на совершенствование навыков общения и сплочение нашего коллектива. Я очень надеюсь, что Вы получите новые знания, позитивное настроение, а также лучше поймете себя.

Наша работа – работа педагога – требует от нас умения общаться как с детьми, так и со взрослыми. Поэтому мы должны учиться способам правильного, эффективного общения, развивать в себе умение оказывать психологическую поддержку как вербальными, так и невербальными средствами общения.

**Приветствие**

***Упражнение «Имя + качество»***

Цель: создать условия для самораскрытия личности участников, их сплочению, повышению самооценки.

Для начала давайте поприветствуем друг друга. Сделаем это таким образом. Встанем в круг. Каждый из нас делает один шаг к центру круга, приветствует всех, назовет свое имя, а так же одно положительное качество на первую букву своего имени.

Так по цепочке каждый из нас поприветствует всех участников нашей группы.

**Разминка**

***Упражнение «Волшебная шляпа»***

Цель: отработать навыки эмпатии и новых способов поведения, сформировать умения делать комплименты и создавать позитивные установки друг на друга.

Что может сделать встречу приятной? (высказывания педагогов).

Любую встречу сделает приятной, услышанный комплимент. Мы будем передавать шляпу по кругу пока звучит музыка, когда музыка останавливается, тот, у кого она осталась, одевает ее на себя и говорит комплимент стоящему справа. Нужно не только получить комплимент, но и обязательно его возвратить. Комплимент принимается в определенной форме: «Да, это так!»

***Упражнение «Кто быстрее?»***

Цель: сплочение коллектива.

Постройте, используя всех присутствующих: квадрат; треугольник; круг; ромб; угол; букву; птичий косяк.

**Основная часть**

***Игра «Найди пару» (Приложение 1)***

Цель:развитие чувствительности к невербальным средствам общения; творческое взаимодействие с другими членами группы; развитие у членов группы установки на взаимопонимание; развитие умений выразить себя невербальными средствами.

Участники вытягивают карточки с названиями животных. Названия повторяются на двух карточках. Задача – используя любые выразительные средства, найти свою пару.

*Рефлексия:*

– Как вы себя чувствовали в ходе выполнения упражнения?

*Тот кто нашел себе пару присаживается за столы на свободные места, в результате формируется две команды.*

***Упражнение «Без маски» (Приложение 2)***

Цель: снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность, сформировать и развить навыки искренних высказываний для анализа сущности «Я».

Давайте попробуем поведать друг другу что-то о себе без всякой предварительной подготовки. Перед вами в центре круга лежит ромашка. Вы будете по очереди брать по одному лепестку и сразу продолжать фразу, начало которой написано на Вашем лепестке. Ваше высказывание должно быть предельно искренним и откровенным! Кто хочет быть первым?

***Игра «Киномания» (Приложение 3, Приложение 4)***

Цель: актуализировать потребность в совместной деятельности.

Мы с Вами разделились на две команды. Сейчас для каждой команды я дам несколько конвертов, в которых лежат разрезанные картинки. Ваша задача заключается в том, чтобы сложить картинку и назвать фильм, в котором была сцена, изображенная на картинке. А также вам необходимо к каждому кинофильму, подобрать 2 фразы.

***Упражнение «Кто Я?»***

Цель: упражнение тренирует коммуникативные навыки, умение задавать вопросы, невербальную коммуникацию.

Участники распределяются по парам. Каждому участнику на спину прикрепляется листок бумаги с именем знаменитости (певца, политика и т.д.). После этого группа получает следующую инструкцию: У вас на спине прикреплен листок бумаги с именем знаменитости. Вам нужно, не снимая и не читая, что у вас там написано, угадать, о ком идет речь. Вы не можете сами посмотреть написанное имя, но это может сделать Ваш партнер. Ваша задача – узнать у него это имя, задавая ему вопросы, на которые можно ответить «да» или «нет», например «Это женщина?», «Это политик?» и т. д. Нельзя задавать никаких других вопросов, кроме вопросов, на которые можно ответить «да» и «нет».

***Упражнение «Вавилонская башня»***

Цель: учится координировать свои действия, взаимодействовать в команде, развивать навыки невербального общения.

Вы сейчас разделитесь на 2 команды. Каждому члену команды я дам индивидуальное задание. Индивидуальные задания: кратко прописаны на отдельных листах, каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Вам будет необходимо совместно изобразить рисунок, при этом не общаясь между собой.

Обсуждение:

Трудно ли было выполнять задание?

Что показалось наиболее трудным?

Успешно ли было взаимодействие в группах? Почему?

***Игра «Крокодил» (Приложение 5)***

Цели: развитие умения понимать вербальные и невербальные сигналы, формирование чувства сплоченности.

Я предлагаю поиграть во всем знакомую игру «Крокодил». Участники каждой из команд по очереди будут вытаскивать карточку с пословицей или поговоркой и с помощью жестов, мимики донести до другой команды ее смысл.

Вопросы для обсуждения:

* насколько легко передавать другому человеку какую-либо информацию?
* что мешало?
* как вы думаете, для чего это упражнение?

***Игра «Аборигены и инопланетяне».***

Цель: развитие умения с помощью вербальных и невербальных средств общения вступления в контакт.

Группа делится пополам. Первая подгруппа выходит за двери, вторая рассаживается на стульях полукругом. Это аборигены. Вышедшие за двери, – инопланетяне, которым надо вступить в контакт с аборигенами и узнать как можно больше об их планете. Аборигены плохо знают язык и могут отвечать только односложно. Инопланетяне строят свои вопросы так, чтобы получить как можно больше информации об особенностях общения аборигенов.

Инструкция для аборигенов:

* Кивок головой обозначает «нет».
* Слово «нет» означает «да».
* Слово «да» в речи аборигенов отсутствует.
* Если в вопросе содержатся слова «любовь», «любить», «любите», аборигены выбрасывают руку вперед и показывают «классно».

Входят инопланетяне, садятся напротив. Время на вопросы-ответы 10 – минут. Когда время истекло, инопланетяне рассказывают, о чем они узнали от аборигенов и об особенностях их общения.

По окончании игры сесть в общий круг через одного и отрефлексировать.

*Обсуждение*

• Что чувствовали аборигены и инопланетяне?

• Легко ли аборигенам было говорить?

***Игра «Алфавит»***

Цель: развитие межполушарного взаимодействия, развивает также внимание, мышление и улучшает работоспособность, помогает снять эмоциональное напряжение.

Для выполнения упражнения распечатайте или напишите обычный русский алфавит. Под каждой буквой произвольно поставить пометки: Л, П, О. Л означает, что надо поднять левую руку, П – правую, О – обе руки.  
Глядя на алфавит, нужно одновременно называть букву и выполнить движение, отмеченное под буквой.

***Упражнение «Сердце коллектива»***

Знаете ли вы, что у каждого коллектива есть свое сердце. Я хочу, чтобы вы сейчас сделали друг другу что-нибудь приятное. Напишите свое имя на листе бумаги и передайте его своему соседу справа.

Я принесла большое сердце, которое и станет сердцем нашего коллектива. Оно пока не живое, не бьется и не трепещет. Но мы сейчас оживим его и вдохнем в него жизнь! Для этого надо немного. Возьмите маленькое сердечко и напишите на нем позитивные пожелания своим коллегам. Затем мы приклеим все маленькие сердечки на наше большое сердце. Посмотрите, как оно на ваших глазах оживает! Теперь сердце коллектива заполнено, и может биться в унисон с вашим.

И это сердце нашего коллектива и оно будет биться всегда!

Мы с Вами подошли к концу занятия, я включу негромкую музыку, чтобы вы могли расслабиться. Пожалуйста, сядьте удобно, положите руки на колени, можете закрыть глаза и дышите медленно и глубоко.

***Релаксация «Цветок в ладошках»***

Всем участникам предлагается удобно сесть, закрыть глаза и представить, что они на зеленом лугу.

«Представьте зеленый луг, ласковое солнце, поют птицы, журчит ручей. Появляется маленький, симпатичный, наивный и очень счастливый ребенок, он не знает печали, неуверенности, плохого настроения. Это вы в детстве, узнали себя?

Малыш тянет к вам руки, он такой доверчивый и доброжелательный, и вы отвечаете ему тем же. Хочется радоваться и улыбаться, забыть все трудности жизни, почувствовать себя уверенным и счастливым.

Вы берете малыша на руки, а он превращается в цветок в ваших ладошках, он прекрасен цветок детства, и вы несете его с собой по жизни.

У кого-то он очень глубоко в душе, а кто-то часто видит его во сне, у кого-то это скромный, неприметный цветочек, а у кого-то яркий, бурный, запоминающийся. Они все хороши, цветы нашего детства. И если вам будет трудно, вы не сможете найти ответ на какой-то вопрос, вспомните малыша, подарившего вам цветок детства в ладошках, и я надеюсь, что это вам поможет почувствовать себя маленьким наивным, счастливым ребенком, а уж он – точно подскажет, как почувствовать себя счастливым. Открывайте глаза. Пора возвращаться, открывайте глаза».

Ведущий спрашивает об ощущениях, испытанных участниками.

**Заключительная часть**

**Рефлексия «Солнышко»**

Вносится игрушка «Солнышко».

Участники тренинга передают «Солнышко» по кругу и высказываются:

* что понравилось на тренинге или не понравилось?
* чем обогатился/не обогатился?
* какие чувства, эмоции и мысли возникли?

***Упражнение «Аплодисменты»***

Цель:завершение тренинга.

Ну что ж наш тренинг подошел к концу. Мне хочется поблагодарить каждого из вас за активное участие и желание взаимодействовать.

Мы хорошо поработали. Предлагаю всем отблагодарить друг друга аплодисментами.

Желаю Вам успехов в Вашей трудовой деятельности.

Список литературы:

1. Зинкевич-Евстигнеева Т., Фролов Д., Грабенко Т. Технология создания команды. – СПб.: Издательство «Речь», 2002 - 224 с.
2. Ефимова Н.С. Психология общения. Практикум по психологии: учеб. пособие / Н.С. Ефимова. – М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2006. – 192с.
3. Кипнис М. Тренинг креативности / М. Кипнис.– М.: Ось-89, 2006.– 128с.
4. Кузин Ф.А. Культура делового общения: Практическое пособие / Ф.А. Кузин. – М.: Ось-89, 2008. – 320с.
5. Веселовацкая Т.П., Ранавнаут И.Г., Береговая Е.Ф., Формирование коммуникативной компетентности педагогов // Справочник педагога-психолога. – 2015.
6. Марасанов Г. И. Социально -психологический тренинг – М.; Основы межкультурной коммуникации: Учебник для вузов / Под ред. А. П. Садохина. –М.: Гардарики, 2002.
7. Петровская Л. А. Развитие компетентного общения как одно из направлений оказания психологической помощи // Введение в практическую социальную психологию / под ред. Ю. М. Жукова, Л. А. Петровской, О. В. Соловьевой. –М.: Смысл, 1999. С. 150-166.5.
8. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. – СПб. : Речь, 2008. – 208с.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

Названия животных:

1. Медведь

2. Жираф

3. Верблюд

4. Бобр

5. Черепаха

6. Слон

7. Лев

8. Заяц

9. Обезьяна

10. Олень

11. Лиса

12. Еж

13. Кенгуру

14. Летучая мышь

15. Хомяк

16. Лошадь

17. Пингвин

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

Содержание карточек:

«Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня...»

«Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...»

«Мне бывает скучно, когда я...»

«Особенно меня раздражает то, что я...»

«Мне особенно приятно, когда меня...»

«Иногда люди не понимают меня, потому что я...»

«Верно, что я еще...»

«Думаю, что самое важное для меня...»

«Мои друзья редко...»

«Я горжусь тем, что...»

«Моя сильная сторона в профессиональной деятельности...»

«У меня возникает чувство сомнения, когда...»

«Я заслуживаю того...»

«Я абсолютно уверена, что...»

«Я пока не научилась...»

«Я всегда хочу быть...»

«Я всегда радуюсь......»

«Я стремлюсь к тому...»

«Больше всего я хочу…»

«Человек, которым я восхищаюсь – это …»

«Больше всего я люблю…»

«Три вещи, которые мне нравятся…»

«Три вещи, которые мне не нравятся…»

«Мое хобби…»

«Вы еще не знаете обо мне, что я…»

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

Фильмы:

1. «Операция «Ы» и другие приключения Шурика»,
2. «Любовь и голуби»,
3. «Москва слезам не верит»,
4. «Кавказская пленница»,
5. «Джентльмены удачи»,
6. «Бриллиантовая рука»,
7. «Белые росы»,
8. «Ирония судьбы, или С легким паром!»,
9. «Служебный роман»,
10. «Свадьба в Малиновке»,
11. «Гостья из будущего»,
12. «Иван Васильевич меняет профессию».

**ПРИЛОЖЕНИЕ 4**

**«Операция «Ы» и другие приключения Шурика»,**

– Если я встану, ты у меня ляжешь!

– Ну, граждане алкоголики, хулиганы, тунеядцы…Кто хочет сегодня поработать?

**«Любовь и голуби»**

– Ах ты, сучка ты крашена. – Почему же крашеная?

Это мой натуральный цвет.

– Никто не знает, как она меня называла: я ее Санюшка, а она меня Митюнюшка. И, что характерно, любили друг друга.

**«Москва слезам не верит»**

– О, какие люди, и без охраны!

– Полюбить – так королеву! Проиграть – так миллион!

**«Кавказская пленница»**

– Жить, как говорится, хорошо. – А хорошо жить ещё лучше! – Точно!

– Так выпьем за то, чтобы наши желания всегда совпадали с нашими возможностями.

**«Джентльмены удачи»**

– Всё! Кина не будет! [Электричество](https://citaty.info/topic/elektrichestvo) кончилось!

– Эй, гражданина! Ты туда не ходи, ты сюда ходи. А то [снег](https://citaty.info/topic/sneg) в башка попадёт. Совсем мёртвый будешь!

**«Бриллиантовая рука»**

– Поскользнулся, упал, закрытый перелом, потерял [сознание](https://citaty.info/topic/soznanie), очнулся – гипс!

– Наши [люди](https://citaty.info/topic/chelovek-lyudi) в булочную на такси не ездят!

**«Белые росы»**

– Скоро городским буду. С балкона людям на макушки поплевывать.

– Когда помирать думаешь?

– В среду.

– В эту, или в следующую?

– А хрен ее знает, но что в среду, это как пить дать. Самый подходящий день.

**«Ирония судьбы, или С легким паром!»,**

– Понимаете, каждый год 31 декабря мы с друзьями ходим в баню. Это у нас такая традиция…

­– Какая гадость эта ваша заливная рыба!

**«Служебный роман»**

– Вы купили новые сапоги, Вера? - Да вот еще не решила, Людмила Прокофьевна. Вам нравятся?

– Очень вызывающие. Я бы такие не взяла.

– Значит, хорошие сапоги, надо брать.

– У меня такая безупречная репутация, что меня уже давно пора скомпрометировать.

**«Свадьба в Малиновке»**

– Где же ты, Маруся? С кем теперь гуляешь? Одного целуешь, а меня кусаешь...

– Сыграй что-нить такое, чтобы душа развернулась, а потом обратно завернулась!

**«Гостья из будущего»**

– Думай, Сеня, думай. О серьезных вещах думай.

– Алиса, миелофон у меня!

**«Иван Васильевич меняет профессию»**

– Оставь меня, старушка, я в печали…

– А фамилия Ваша как?

– Я артист бoльших и малых академических театрoв. А фамилия мoя... фамилия моя слишкoм известная, чтoбы я ее называл.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 5**

Пословицы и поговорки:

1. Слезами горю не поможешь.
2. Без труда не вытащишь и рыбку из пруда.
3. Любишь кататься – люби и саночки возить.
4. Один в поле не воин.
5. Клин клином вышибают.
6. Слово не воробей – вылетит, не поймаешь.
7. Тише едешь – дальше будешь.
8. Как вы лодку назовёте – так она и поплывёт.
9. Яйца курицу не учат.
10. Сколько волка не корми – он всё в лес смотрит.
11. Глаза бояться, а руки делают.
12. Куй железо – пока горячо.