**Тренинг для педагогов на тему: «Вместе - Мы сила!»**

**Цели тренинга:**

* сформировать единый командный дух победителя;
* развить у сотрудников навыки командной работы;
* выстроить оптимальные схемы командного взаимодействия;
* повысить командную эффективность;
* повысить мотивированность на совместную работу;
* отработать стратегию совместного принятия решений;
* повысить эмоциональную сплоченность и развить доверие в коллективе.

**Задачи тренинга:**

1. повысить коммуникативные навыки педагогов;
2. повысить сплоченность коллектива;
3. снять эмоциональное и мышечное напряжение;
4. развивать эмоциональную устойчивость, уверенность в себе;
5. повысить сплочение коллектива педагогов;
6. познакомить с приемом восстановления эмоционального равновесия;
7. повысить взаимопонимание между педагогами;
8. повысить самооценку педагогов;
9. повысить настрой на удачу, счастье, добро и успех.

**Материал:** спокойная музыка для релаксации, газета, ватман, простые карандаши, глянцевые журналы, клей, фломастеры, клубок ниток, 3 ватмана, бумага А4, спокойная музыка (для релаксации), карандаши, фломастеры, доска, маркер.

**Количество участников:**20 человек **Длительность тренинга:** 1 час

**Ход тренинга:**

***Педагог-психолог:*** Уважаемые коллеги! Сегодня мы поговорим с Вами о психологическом климате коллектива, а так же о важности сплочённости и формировании коллектива.Психологический климат – это межличностные отношения, типичные для трудового коллектива, которые определяют его основное настроение.В одном климате растение может расцвести, в другом — зачахнуть. То же самое можно сказать и о психологическом климате: в одних условиях люди чувствуют себя некомфортно, стремятся покинуть коллектив, проводят в нем меньше времени, их личностный рост замедляется, в других — коллектив функционирует оптимально и его члены получают возможность максимально полно реализовать свой потенциал.Строительство психологического климата, сплоченности коллектива – это важнейшее дело не только администрации, но и каждого члена коллектива.Климат называют благоприятным, если в коллективе царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверия и требовательности. Если члены коллектива готовы к работе, проявляют творчество и достигают высокого качества, работая без контроля и неся ответственность за дело. Если в коллективе каждый защищён, чувствует причастность ко всему происходящему и активно вступает в общение. В современных условиях главным ресурсом эффективной работы является команда специалистов. Резко возрастает роль личностей, осуществляющих трудовой процесс.   От вашей квалификации, деловой активности, умения взаимодействовать между собой и достигать социально значимого результата зависят судьбы детей, родителей, сотрудников и перспективы развития нашего учреждения.

 Одним из наиболее востребованных личных качеств, наряду с профессионализмом, является способность специалиста действовать в команде. Ключевым фактором эффективной работы команды является способность каждого ее члена «работать на результат» и уважать мнения всех сотрудников. Давайте обсудим правила тренинга, ваша задача решить какие правила мы принимаем, а какие отвергаем.

**Упражнение 1. «Поздороваемся»**

Здороваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т. е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача - поздороваться таким образом со всеми участниками группы.

**Упражнение 2. «Атомы и молекулы»**

Цель упражнения: раскрепощение участников.

Инструкция (произносится тренером): Представим себе, что все мы атомы. Атомы выглядят так (показать). Атомы постоянно двигаются и объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное, оно определяется тем, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быстро двигаться, и я буду говорить, например, три. И тогда атомы должны объединиться в молекулы по три атома в каждый. Молекулы выглядят так (показать).

Возможная модификация: скорость движения атомов и собранных молекул зависит от температуры окружающей среды. Если тренер называет отрицательную температуру, движение замедляется или даже останавливается, при повышение – ускоряется.

По завершению упражнения можно задать вопросы: - Как вы себя чувствуете? - Все ли соединились с теми, с кем хотели?

**Упражнение 3. Упражнение «Сходства»**

Цели: помогает увидеть сходство между собой и другими; помогает установить контакт друг с другом и преодолеть мешающие общению стереотипы и предрассудки.

Инструкция: Каждому из вас нужно будет рассказать о себе, причем говорить надо как можно быстрее, ведь в вашем распоряжении всего лишь пять минут, и за это время вы должны найти несколько вещей, объединяющих вас между собой. Например, может выясниться, что каждый из вас хоть раз в жизни побывал в Астане, или, что каждый из вас не любит манную кашу или какао. Совершенно неважно, что это будет, важно, чтобы это было у всех ВАС. Как только вы обнаружите такое сходство, вы ВСЕ должны одновременно ХЛОПНУТЬ В ЛАДОШИ и при этом надо выкрикнуть: "Первое!". Пусть все услышат, как вы рады. Затем снова так же быстро рассказывайте друг другу о себе, пока не найдете второе сходство. Тогда вы снова ХЛОПНИТЕ В ЛАДОШИ и прокричите: "Второе!". Задача каждой ГРУППЫ — в течение последующих пяти минут обнаружить десять сходств.

**Упражнение 4. «Построим дом»**

**Цель:**развитие навыка работы в команде.

**Инструкция:**группа участников делятся на 2 команды, каждой команде предлагается построить воображаемый дом. Его детали — это сами члены команды. Кто-то может быть дверью, кто-то окном или стеной и т.д.

**Упражнение 5. «Глаза в глаза»**

**Инструкция:**работа в парах. Участники делятся на пары. Каждая пара становится друг к другу спиной и ведёт беседу. Потом ведущий спрашивает участников, какие они испытывали ощущения, эмоции, было ли комфортно.

Затем участники поворачиваются друг к другу лицом и продолжают беседу. После чего сравнивают, в каком положении им было комфортнее. Итог – эмоциональная отдача, благодаря визуальному контакту и открытому общению ( контакт ).

**Упражнение 6. «Давление»**

Цель: осознание разных моделей в общении и взаимодействии с партнером, установка на равноправное общение.(10 мин)Инструкция: встаньте друг против друга, поднимите руки на уровне груди и слегка прикоснитесь друг к другу ладонями. Договоритесь, кто будет ведущим. Задача ведущего – слегка надавить на ладони своего партнера. Затем, поменяйтесь ролями и повторите движение давления на ладони партнера по игре.

**Упражнение 7. «Веселый счет»**

Цель: снятие внутреннего напряжения участников, сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения. Ход упражнения: Ведущий называет какое- либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться. Психологический смысл упражнения: упражнение позволяет участникам почувствовать другого, понять его мысли с целью более эффективного выполнения задания. Обсуждение: почему сначала не получалось выполнить задание? Что помогло в выполнении задания?

**Упражнение 8. «Невидимая нить»**

**Информирование:** «Известно, что давным-давно на свете жил один удивительный человек. У него были длинная седая борода и волосы, поэтому многие думали, что он стар и мудр. Другие же видели озорной блеск его глаз и говорили, что он молод. Этот человек умел то, чего не умели другие. И люди называли его мудрецом. Никто не знал, откуда он пришел, но говорили, что раньше он был обыкновенным человеком, таким, как все. Менялись поколения, а мудрец по-прежнему жил среди людей. И они ощущали себя под его защитой.

И вот пришел день, когда мудрец отправился в путь. Он обошел всю Землю, и узнал многих людей. И удивился мудрец, насколько разными были эти люди, их характеры, привычки, желания и стремления. «Как непросто всем уживаться друг с другом! — думал мудрец. — Что бы такого предпринять? — размышлял он». И тогда мудрец сплел тончайшую длинную нить. Задумал он обойти добрых сердцем людей и связать их этой чудесной нитью».

**Инструкция**: закройте глаза и ожидайте появления нити у вас в руках.

В это время ведущий включает релаксационную музыку и вкладывает в руку каждого из участников нить. «Воистину нить эта была уникальна. Гладкая и тонкая, она была совершенно незаметна для человека, но несмотря на это влияла на его взаимоотношения с другими людьми. Те, кому мудрец передал чудесную нить, стали добрее, спокойнее, терпеливее. Они стали более внимательно относиться друг к другу, стремились понять мысли и чувства ближнего. Иногда они спорили, но, о чудо, нить натягивалась, но не рвалась. Иногда они ссорились, и нить разрывалась, но после примирения оборванные концы нити связывались вновь. Только узелок напоминал о прошлой ссоре.

Что сделали люди с подарком мудреца? Кто-то бережно берег, передавая тайну из поколения в поколение. Кто-то, не ощущая присутствия нити, оставлял на ней множество узелков, да и характер его постепенно менялся и становился «узловатым». Но главное, у каждого появилась способность протягивать невидимые нити к тем, кого он считал близкими и друзьями, соратниками и партнерами».

***Когда у каждого члена команды будет в руках нить, она образует замкнутый круг.***

- Дорогие друзья! Сейчас вы ощущаете в своих руках чудесную нить, подарок мудреца. Какова она на ощупь? Гладкая, шелковая, тонкая, прохладная…

* *Давайте проверим, что может произойти, если каждый потянет ее на себя… Она натянется и станет резать руки. Такие отношения называют натянутыми…*
* *А если кто-то потянет нить на себя, а кто-то не станет этого делать… Что будет, давайте попробуем…*
* *Равновесие круга нарушается. Кто-то оказывается в более устойчивом положении, а кто-то совсем в неустойчивом… О таких ситуациях говорят «он тянет одеяло на себя»…*
* *Некоторые люди предпочитают надевать эту нить себе на шею. Хотите попробовать?.. Те, кто сейчас сделал это, наверное, ощутил, как больно нить режет шею… Про такие ситуации люди говорят «посадил себе на шею»…*

Разные эксперименты можно проводить с этой нитью. Собственно, многие люди посвящают этому целую жизнь. Натянут, разорвут, завяжут узел, наденут на шею или вообще отпустят… В нашей команде это недопустимо.

Давайте сейчас найдем такое положение и натяжение нити, которое будет наиболее удобным для всех. И запомним это состояние каждой клеточкой нашего тела. Спасибо!

Игра закончена, на время обсуждения нить можно положить в круг, потом смотать и убрать. Нить можно хранить среди ценных вещей и талисманов команды как символ связи между ее членами.

***Главный вопрос для обсуждения:*** «Чему эта игра может научить команду?» Ответы всех членов команды желательно записывать на доске, так как этот материал можно использовать при формировании ценностей команды.

**Видеоролик: Притча о сотрудничестве.**

Жил-был один монах. И в течение большей части своей жизни он пытался выяснить, чем отличается Ад от Рая. На эту тему он размышлял днями и ночами. И в одну ночь, когда он заснул во время своих мучительных раздумий, ему приснилось, что он попал в Ад. Осмотрелся он кругом и видит: сидят люди перед котлом с едой. Но какие- то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше - у каждого в руках ложка с длинню-ю-ю-ю-щей ручкой. Зачерпнуть из котла они могут, а в рот никак не попадут. Вдруг подбегает к монаху местный служащий (судя по всему черт) и кричит: - Быстрее, а то опоздаешь на поезд, идущий в Рай. Приехал человек в Рай. И что же он видит?! Та же картина, что и в Аду. Котлы с едой, люди с ложками с длинню-ю-ю-ю-ющими ручками. Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек – а здесь люди этими же ложками кормят друг друга.

**Рефлексия тренинга:**

1. Что понравилось?

2. Что вызывало трудности?

3. Чему способствовал проведенный тренинг?

4. Что чувствуете на данный момент?

5. Что нового узнали?

6. Чего вы ждали? Что получили?