

*Тренинг
для педагогов
на сплочение коллектива*

*Подготовила педагог-психолог
МБОУ «Полтавская школа»
Сеитнебиева Севиль Наримановна*

*«Обычно легче изменить индивидуумов,
собранных в группу,
чем изменить каждого
из них в отдельности»*

Курт Левин

*В любом коллективе
(учебном, производственном) возникает
вопрос, связанный с групповой сплоченностью.
Вопрос этот важен потому, что от уровня
развития коллектива, степени
его сплоченности зависит эффективность
работы учреждения, а также психологический
комфорт каждого ее члена.*

Цель тренинга – это сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия.

Задачи тренинга:

- Повысить сплоченность коллектива;*
- Повысить взаимопонимание между педагогами;*
- Повысить самооценку педагогов;*
- Формирование благоприятного психологического климата в коллективе;*
- Осознание каждым педагогом своей роли, функций в группе;*
- Развитие умения работать в команде;*
- Повысить настрой на удачу, счастье, добро и успех.*

«Сплочение – это возможность для коллектива стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Все Мы нуждаемся в поддержке, и получить ее мы можем только в своей группе! Ведь только сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед!»



www.School70.com



Заповеди сплоченного коллектива

- Проявляйте искренний интерес к другим людям. Пусть люди с которыми вы общаетесь, почувствуют что они вам интересны.
 - Помните, что в любом языке для человека нет звука значительней и приятней, чем звук собственного имени.
 - Будьте хорошим слушателем.
 - Поощряйте других на разговор о них самих.
 - Говорите о вещах интересующих вашего собеседника.
 - Почаще улыбайтесь.
 - Найдите источник любви и подключитесь к нему. Заряжайтесь от него, как аккумулятор от розетки.
 - Полюбите себя. Как вы думаете о себе, и относитесь к себе, так и люди будут думать о вас и относиться к вам.
 - Научитесь представлять себя в «шкуре» другого и смотреть на мир его глазами.
 - Научитесь доверять людям.
 - Не ожидайте от людей сразу многого. Будьте терпеливы. Не бросайте сеять дружелюбие.
 - Делайте приятное людям. Дарите подарки, говорите комплименты. Не критикуйте, не превозносите, не осуждайте. Честно и искренно оценивайте достоинства людей.
 - Вызывайте в людях положительные эмоции через юмор, шутки.
- Старайтесь услышать и понять окружающих, способствуйте созданию дружного и сплоченного коллектива.
- Уважайте мнение и выбор коллеги. Учитесь прощать мелкие огрехи – с кем не бывает!
 - Являясь неотъемлемой частью коллектива, оставайтесь яркой, неординарной, творческой личностью.
 - Если коллектив не такой, каким вы его хотите видеть, начните его изменять с себя.
 - Начинайте каждый свой день с вопроса: «Что я могу сегодня сделать на пользу группе?» Ответив на вопрос, начинай действовать.
 - Талантливы все и вы тоже! Проявляйте свои способности. Участвуйте в постановке праздников.
 - Ответственно относись к выполнению поручений на пользу коллектива, но не становись его тягловой силой.
 - Будьте активными в выполнении общего дела и сделайте его приятным и важным для всех.
 - Запомните, что радость жизни зависит от её разнообразия. Учитесь радоваться работе, отдыху, успеху и трудностям.

УСПЕХОВ ВАМ!

УПРАЖНЕНИЯ НА СПЛОЧЕНИЕ

Упражнения на сплочение позволяют участникам тренинга почувствовать себя единой слаженной командой. Тренинги командообразования традиционно включают в себя большое количество упражнений на сплочение, они поднимают тонус группы, повышают её включенность и нацеленность на результат, что в свою очередь увеличивает результативность тренинга. Упражнения на сплочение в короткие сроки превращают разрозненную группу в единый, слаженный и четко работающий механизм. За это их и ценят.

Для Вас подобраны **качественные упражнения на сплочение**, которые пользуются заслуженной популярностью у тренеров-практиков. Эти упражнения помогут Вам поучаствовать в эффективном и интересном тренинге.



Уважаемые коллеги!

*Выберите для себя тренинговое имя,
напишите его.*



1. Упражнение «Квадрат» (5-10 мин.)

Цель: прочувствовать каждого участника группы.

Ход упражнения

Встаньте в круг, и закройте глаза. Теперь, не открывая глаз нужно перестроиться в квадрат. После того, как квадрат будет построен, не открывать глаза.

Вопросы:

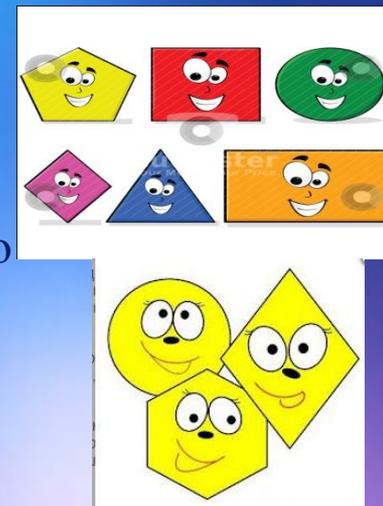
Все ли уверены, что они стоят в квадрате?

Обычно есть несколько человек, которые в этом не уверены. Квадрат действительно должен быть ровным. И только после того, как абсолютно все согласятся, что стоят именно в квадрате, предложить открыть глаза, порадоваться за хороший результат и проанализировать процесс.

Так же можно строиться в другие фигуры.

Во время упражнений участники переживают сильные эмоции и делают массу выводов, поэтому после каждого этапа можно устраивать небольшое обсуждение, где можно говорить пожелания своим коллегам для улучшения работы.

Самый главный вопрос здесь: каким образом задание можно было сделать качественнее и быстрее?





2. Упражнение «Коллаж»



Время проведения: 40-45 мин.



Цель: сплотить коллектив и поближе узнать каждого участника группы.

Материалы: ватман, клей, цветные картинки животных.

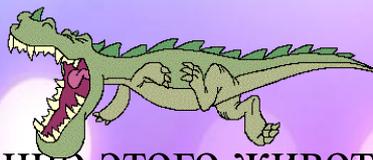
Ход упражнения

Педагогический коллектив делится на 2 группы, педагоги садятся за столы, и им предлагаются ватманы, клей, нарисовать цветные картинки животных (можно использовать) трафарет. Из предложенных картинок каждый участник группы выбирает соответствующие ему животное, как он видит и чувствует себя в данном коллективе. Выбрав какого животного нарисует, каждый располагает и приклеивает их на ватмане так, как чувствует свое расположение в коллективе. После выполненной работы каждый участник (по желанию) дополняет свои картинки фоном с помощью карандашей.



Вопросы для обсуждения:

- Почему вы выбрали именно этого животного?
- Чувствуете ли вы себя в коллективе, как это животное?
- Были ли сложности при выполнении упражнения?



3. Упражнение «Дом»



Цель: осознание своей роли в группе, стиля поведения.

Время: 15 минут.

Ресурсы: карточки с изображением предметов мебели, быта и т.д.

Ход упражнения: участники делятся на 2 команды.

Ведущий дает инструкцию: «Каждая команда должна стать полноценным домом! Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами! Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом!

Постройте свой дом!». Психологический смысл упражнения:

Участники задумываются над тем, какую функцию они выполняют в этом коллективе, осознают, что все они нужны в своем «доме», что способствует сплочению.

Обсуждение:

Как проходило обсуждение в командах? Сразу ли Вы смогли определить свою роль в «доме»? Почему Вы выбрали именно эту роль? Я думаю, Вы все поняли, что каждая часть Вашего «дома» важна и нужна в нем, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным!

4. Упражнение «Групповой рисунок по кругу»

Всем участникам выдается один лист-ватман и карандаши (фломастеры, маркеры).

Задача — задумав картину (любой образ), нарисовать только один ее элемент, после чего листок передается соседу справа. Таким образом, каждый участник получает листок с одним элементом.

Задача — дорисовать один элемент и передать соседу справа. Рисунки передаются до тех пор, пока круг не замыкается. Обсуждается целостность получившихся картин и привлекательность. Упражнение позволяет развивать эмпатию участников, умение видеть позицию другого, в целостном действии развивает сплоченность коллектива.

Подпишите лист, чтобы узнать чей он.

5. Упражнение «Идеальный мир»

Материалы: 2 листа ватмана; маркеры разных цветов.

Место проведения и исходное положение участников: педагоги делятся на 2 команды, равные по количеству человек. Команды располагаются таким образом, чтобы при обсуждении задания не мешать друг другу.

Задание:

- первой команде нарисовать картину «Идеальный коллектив»;
- второй команде нарисовать картину «Идеальный коллега», и представить картины всему коллективу.

Время: на выполнение задания у группы есть 10 минут.

Представление картин проводят 1–2 человека от каждой команды, аргументируя свое видение идеального мира, не более 2 минут

6. Упражнение «Ассоциации»

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

Размер группы: 8–15 человек **Время:** 10–15 минут

Инструкция: Коллеги, наш тренинг называется командообразование. Предлагаю каждому прояснить для себя значение понятия «команда». 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 взгляды наших коллег 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 команда — это постройка, то она...
 - Если команда — это цвет, то она...
 - Если команда — это музыка, то она...
 - Если команда — это геометрическая фигура, то она...
 - Если команда — это название фильма, то она...
 - Если команда — это настроение, то она...
3. Проведите опрос участников по тем ассоциациям, что вы назвали...

Итоги упражнения:

Что вам понравилось в этом упражнении?

Какие ответы были для вас самыми интересными?

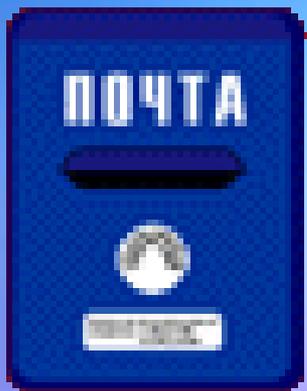
Какие ответы удивили вас?

О чем нам говорит это упражнение?



7. Упражнение «Почта Школы»

Каждый участник тренинга напишет поздравление, пожелание на бланке, указав вместо ФИО описание внешности и характера другого участника, а на обратной стороне бланка нарисует его портрет. Все бланки складываются в почтовый ящик, затем надо угадать кому адресовано послание. Определить, кто из группы соберет их больше.





8. Упражнение «Подарок»

Цель: положительное завершение тренинга, рефлексия.

Время: 3-5 минут.

Описание упражнения:

Психолог: «Давайте подумаем, что мы могли бы подарить Вашей группе, чтобы взаимодействие в ней стало еще эффективнее, а отношения в ней – более сплоченными? Давайте скажем, что каждый из нас дарит группе. Я, например, дарю вам оптимизм и взаимное доверие». Далее каждый из участников высказывается, что он хотел бы подарить группе.

«Давайте наградим себя за успешную работу аплодисментами!»

Психологический смысл упражнения: Ритуал, позволяющий завершить тренинг красиво и на положительной эмоциональной ноте.



Рекомендации педагогам по созданию благоприятного психологического климата в коллективе:

- Развивайте в себе такое качество, как терпимость к другим людям, коллегам, воспитанникам. Нетерпимость приводит к накоплению агрессии, которая в любой момент может вылиться на не в чем не повинных людей, в том числе на близких.
- Избегайте критиковать других, лучше действительно попытайтесь понять поведение другого человека.
- Учитесь снимать эмоциональное напряжение после рабочего дня; боритесь с эмоциональным выгоранием.
- Радуйтесь успехам своих коллег, тогда при вашем успехе, за вас будет кому порадоваться.
- Избегайте ненужной конкуренции. Ставьте перед собой реальные цели.
- Находите время для развлечений, хобби. Встречайтесь с коллегами в неформальной обстановке – это способствует сплочению.
- Ведите здоровый образ жизни: не забывайте о пользе физических нагрузок, прогулках на свежем воздухе и полезной пище.

Обсуждение:

«Наш тренинг подошел к завершению.

Хочу спросить у Вас, что нового вы сегодня узнали?

Что полезного вынесли для себя, для группы?

Ну вот, все подарки подарены, игры пройдены, слова сказаны. Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что Вы – единое целое, каждый из Вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого!

Вместе Вы – сила!

Спасибо всем за участие!»

Сотрудники МБОУ

«Полтавская школа» -

*это сплоченный коллектив,
живущий под одним девизом:*

*"Наша работа - любовь с
заботой!"*



Спасибо за внимание!

