МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «БЕРЕЗОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №2»

Тренинг с педагогами ДОУ

**Тема: «В поисках ресурса»**



Подготовила:

Педагог - психолог

Новикова Д.П.

пгт. Березовка, 2023 год

**Задачи:**

* Сплочение педагогического коллектива.
* Отреагирование актуальных эмоций.
* Поиск поддержки среди коллег.

**Ход тренинга:**

1. **Вступительное слово педагога-психолога.**

 Всем здравствуйте! Я рада вас всех видеть. Сегодня у нас очередная встреча и посвящена она будет нашему коллективу. Начнём мы с вами, как всегда, с приветствия друг друга.

1. **Упражнение «Настроение»**

**Цель:** отреагирование актуального состояния.

**Оборудование:**

* МАК «Дерево как образ человека» *(автор: Г. Кац, Е. Мухаматулина) или* МАК «Дом как образ человека»

**Описание:** Каждый участник в открытую выбирает по одной карте из колоды, соответствующей их настроению на момент тренинга, и рассказывают, что на карте выражает их настроение.

1. **Упражнений «Научись у братьев наших меньших»**

**Цель:** развитие командного взаимодействия.

**Оборудование:**

* МАК «Расправляя крылья» *(автор: К. Крюгер).*

**Описание**: Участники по очереди вытягивают из колоды по одной карте и говорят о том, чему стоит научиться им самим и их коллегам у этого персонажа (если на карте несколько персонажей, то у каждого).

1. **Упражнение «Ищем поддержку»**

**Цель**: сплочение педагогического коллектива, создание ситуации, когда человек видит поддержку в окружающих людях.

**Оборудование**:

* МАК «Дерево как образ человека» *(автор: Г. Кац, Е. Мухаматулина).*

**Описание:** Психолог предлагает педагогам выбрать карту, которая олицетворяет их. Затем все карты, которые выбрали участники кладутся в центр лицевой стороной вниз и перемешиваются. Затем, каждый из участников берёт любую карту из центра. Далее задача педагогов посмотреть внимательно на выпавшую карту и подумать, какую поддержу, помощь можно попросить у этого дерева. В конце упражнения обязательно проводится рефлексия. У педагогов можно спросить:

* Было ли сложно увидеть поддержку в другом?
* Готовы ли вы дать поддержку, которую увидели в вас другие? Есть ли у вас этот ресурс?
1. **Упражнение «Ты молодец, потому что …»**

**Цель:** развитие умения видеть позитивное.

**Оборудование:** мяч.

**Описание:** Участники передают по кругу мяч. Тот, у кого в руках мяч должен обратиться к соседу с права со словами: «Ты молодец, потому что …». Так до тех пор, пока мяч не вернётся к начинающему. В конце упражнения можно взяться за руки и хором крикнуть: «Мы молодцы, потому что вместе».

1. **Упражнение-рефлексия «Продолжи фразу»**

**Цель:** рефлексия, отреагирование актуальных эмоций и чувств.

**Оборудование:** карточки с незаконченными предложениями (Приложение № 1).

**Описание:** психолог раскладывает карточки в центре круга. Каждый из участников берёт себе по одной карточке, а затем каждый зачитывает и продолжает предложение.

Приложение № 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Главная мысль нашей встречи … | Настроение нашей встречи … | Итог нашей встречи … |
| Для меня сегодня было важно … | Моё настроение похоже на … | Мне хотелось ещё … |
| Я для себя поняла … | Моё состояние похоже на … | Мне было сложно … |
| Главная мысль нашей встречи … | Настроение нашей встречи … | Итог нашей встречи … |
| Для меня сегодня было важно … | Моё настроение похоже на … | Мне хотелось ещё … |
| Я для себя поняла … | Моё состояние похоже на … | Мне было сложно … |