

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 35 «Алые паруса»

**Программа тренинга на сплочение  
КОЛЛЕКТИВА  
*«Коллектив – это МЫ»***

Воспитатель: Белякова А.А.

Улан-Удэ  
2019 г

## **Пояснительная записка**

**Цель тренинга:** психологический тренинг направлен на сплочение педагогического коллектива, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости, что немало важно, уверенности в себе, доброжелательного отношения друг к другу. Выполняя упражнения тренинга, педагоги учатся понимать друг друга. Разработанный нами тренинг мотивирует педагогов к самосовершенствованию, рефлексии, овладению механизмами коммуникативной компетентности.

### **Задачи тренинга:**

- формирование благоприятного психологического климата;
- нахождение сходств у участников группы для улучшения взаимодействия между ними;
- развитие умения работать в команде;
- сплочение группы;
- осознание каждым участником своей роли, функции в группе;
- повысить коммуникативные навыки педагогов;
- повысить настрой на удачу, счастье, добро и успех.

### **Необходимые материалы для тренинга:**

- листы формата А-4 по числу участников, простые карандаши, фломастеры, цветные карандаши или восковые мелки.

## **Ход тренинга**

### **Психолог:**

«Уважаемые коллеги! Сегодня мы поговорим с Вами о психологическом климате коллектива, а так же о важности сплочённости коллектива.

Психологический климат – это, как Вы знаете, 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 педагогического коллектива дошкольного образовательного учреждения: в одних условиях педагоги 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 (к чему мы и стремимся).

Создание эмоционального благополучия в педагогическом коллективе, сплоченности коллектива - это важнейшее дело не только администрации, но и каждого члена коллектива.

Психологический климат называют благоприятным, если в коллективе царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверия и взаимопонимания. 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».

### **Упражнение 1. «Приветствия в разных странах».**

Психолог: в разных странах обычаи приветствия очень отличаются друг от друга, сейчас мы с вами познакомимся с традиционными приветствиями,

после чего будем приветствовать своих соседей слева и справа одним из их видов.

Немцы – пожимают руки

Полинезийцы – трутся носами

Японцы – кланяются

Латиноамериканцы – обнимаются

Французы – целуют друг друга в щеки

Северная Америка – прикладывают ладонь ко лбу, губам, груди

Замбези – хлопают в ладоши

Самоа – обнюхивают.

### **Упражнение № 2 "Все мы чем-то похожи"**

Психолог: Разбейтесь, пожалуйста, на группы по 4 или 5 человек. Пусть каждая группа сядет и составит список того, что объединяет ее членов. В этом списке можно написать, например: "У каждого из нас есть сестра. ", "Любимый цвет каждого из нас - синий" и т. д. У вас пять минут. Победит та группа, которая найдет и запишет наибольшее количество общих черт.

Обратная связь: Сложно ли искать общие черты?

### **Упражнение №3. Узнай рисунок (хорошо ли вы знаете друг друга)**

Психолог задает участникам вопрос: «Долго ли вы работаете вместе и хорошо ли знаете друг друга? Вот сейчас это и проверим! Нарисуйте, пожалуйста, за 3 минуты свой портрет. Рисунки подписывать не надо».

После завершения работы психолог собирает рисунки в общую пачку. Затем он достает каждый рисунок из пачки, прикрепляет к доске. Участники угадывают автора рисунка.

#### **Упражнение №4. «Город-дерево-собака»**

Команда делится на три группы, каждая из которых одновременно берется за ОДИН маркер. Задача каждой подгруппы - нарисовать на листе один из элементов, чтобы получился рисунок «город-дерево-собака». Участники действуют одновременно, разговаривать между собой запрещено. Обсуждается слаженность, качество рисунка. Анализируется способность взаимодействовать, подчиняться, управлять, действовать совместно.

#### **Упражнение №5. «Квадрат»**

Психолог просит построиться педагогов в круг и закрыть глаза. Теперь, не открывая глаз нужно перестроиться в квадрат. После того, как квадрат будет построен, психолог не разрешает открывать глаза. Спросите, 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, психолог предлагает участникам открыть глаза, порадоваться за хороший результат и проанализировать процесс. Так же можно строиться в другие фигуры.

#### **Упражнение № 6 «Карусель».**

Психолог предлагает педагогам построиться в два круга: внутренний спиной к центру и внешний – лицом к центру, образуя пары. По сигналу ведущего круги начинают двигаться противоположным ходом, меняясь в парах. В каждой паре участники должны сказать комплимент друг другу.

Анализ: Понравился ли комплимент?

### **Упражнение №7 "Доска желаний"**

Психолог предлагает педагогам закрыть глаза и на минутку представить (визуализировать) свое самое заветное желание. После чего педагоги открывают глаза, психолог предлагает ряд картинок с возможными желаниями, педагоги выбирают то изображение, которое себе представляли в мечтах. Психолог предлагает сформировать "Доску желаний коллектива" для скорейшего их осуществления

### **Упражнение №8. Обратная связь**

Психолог кидает мяч педагогам, они его возвращают, озвучивая впечатления о тренинге.

Начало формы

Конец формы

## Приложение № 1

Общие правила работы в группе.

*Единая форма обращения друг к другу на “ты” (по имени).*

Для создания климата доверия в группе, предложить обращаться друг к другу на “ты”, включая тренера. Это психологически уравнивает всех, в том числе и ведущего, независимо от возраста, социального положения, жизненного опыта, и способствует раскрепощению участников тренинга.

*Общение по принципу “здесь и теперь”.*

Во время тренинга все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, и обсуждают то, что происходит с ними в группе.

*Конфиденциальность всего происходящего.*

Все, что происходит во время тренинга, ни под каким предлогом не разглашается и не обсуждается вне тренинга. Это поможет участникам тренинга быть искренними и чувствовать себя свободно. Благодаря этому правилу, участники смогут доверять друг другу и группе в целом.

*Персонификация высказываний.*

Безличные слова и выражения типа “Большинство людей считают, что...”, “Некоторые из нас думают...” заменяем на “Я считаю, что...”, “Я думаю...”. По-другому говоря, говорим только от своего имени и только лично кому-то.

*Искренность в общении.*

Во время тренинга говорить только то, что думаешь и чувствуешь, т.е. искренность должна заменить тактичное поведение.

*Уважение к говорящему.*

Когда кто-то говорит, то мы его внимательно слушаем и не перебиваем, давая возможность высказаться. И лишь после того, как он закончит говорить, задаем свои вопросы, или высказываем свою точку зрения.