

Тренинг: «Психологическая компетентность педагога ДОУ»

Дата проведения: 11.11.2022

Количество участников: 12 педагогов

Цель:

Повышать уровень психологической компетентности педагогов и их общей психологической культуры. Способствовать развитию эмпатии и рефлексии как профессиональных качеств педагога.

Ход проведения:

История «Соревнования в лесу»

В лесу проводились соревнования по различным видам спорта (кросс, прыжки в длину и высоту и плавание). Заяц был первым в кроссе, ибо всем известно, как он быстро бегают, но он не умеет плавать. Утка прекрасно плавала, но очень плохо прыгала в высоту. Обезьяна прекрасно прыгала, но тоже не умела плавать, а медведь, как не пытался, так и не смог прыгнуть и преодолеть планку.

- О чем это свидетельствует? Все звери разные, у каждого из них свои свойства, не присущие другим. Нельзя требовать от медведя, чтобы он бегал так быстро, как заяц, прыгать, как обезьяна.

Так же и люди. Каждый человек неповторим, в мире нет двух людей, похожих друг на друга. Каждый человек уникален и имеет как сильные, так и слабые стороны.

Возникает вопрос, как же таким разным людям найти общий язык? Улучшить отношения и избежать конфликтов вам поможет

«Золотое правило». Его автор – Иисус Христос.

«Чего только хотите, чтобы делали вам люди, то делайте им и вы».

Слово психолога

Представим диалог этих двух людей. Видимо он будет звучать примерно так:

А – это шесть

Б – нет, это девять

А – да нет, это шестерка

Б – какая это шестерка, когда это девятка

А – это самая настоящая шестерка

Б – ты что-то путаешь. Это настоящая девятка

А – Ты что, не в своем уме? Смотришь и не видишь!

Б – Да нет, это ты слепая, это тебе надо лечиться

- То есть нежелание понять другого, уверенность, что ваша мысль единственно правильная – кратчайший путь к непониманию, а часто и к возникновению конфликта.

1. Упражнение «Слово настроения» (в кругу)

Цель: создание позитивного настроения.

Каждый участник тренинга называет слово, которое улучшает вам настроение (например: «солнышко», «дети», «тепло»...)

2. Упражнение «Передача информации»

Вся наша работа проходит в общении. Одному участнику показывают рисунок. Затем этот участник показывает, что видел другому. И так по очереди. (на подобие детской игры телефон). Невербальное общение.

Ключ к рисунку:

Радость

Страх

Гнев

Разочарование

Неуверенность

Обида

Ужас

Злость

Удовольствие

Вина

Удивление

Горе

Была ли информация передана точно?

Почему информация искажалась?

Чувствовали ли вы ответственность за достоверность информации?

К чему может привести такая ситуация в реальной жизни?

Иногда люди случайно или умышленно искажают информацию в процессе общения. (в своих корыстных целях, или чтобы навредить другому)

3. Проведение методики «Живой дом»

Цель: диагностика субъективного восприятия клиентом психологического пространства семейных отношений.

На листе изобразите простым карандашом деревенский домик, в котором обязательно есть фундамент, стены, окна, крыша, чердак, труба, двери, порог.

- Присвойте каждой части дома имя конкретного человека, начиная с себя. То есть напишите прямо на рисунке, кто из указанных вами людей может быть крышей, кто - окнами, стенами и т. д.

Возможные интерпретации:

- фундамент - главный материальный и духовный «обеспечитель» семьи, тот, на ком все держится;

- стены - человек, который отвечает за эмоциональное состояние семьи и автора рисунка непосредственно;

- окна - будущее, люди, от которых семья чего-то ждёт, на кого возлагает надежды (в норме, когда окна ассоциируют с детьми);

- крыша - человек в семье, который жалеет и оберегает вас, создаёт чувство безопасности, или вы хотели бы это от него получать;

- чердак - символизирует секретные отношения, а также ваше желание иметь с этим человеком более доверительные отношения. Чердак также может обозначать человека, с которым у вас отношения развивались в прошлом, а на данный момент менее активны;

- труба - человек, от которого вы получаете или хотел бы получать особую опеку, поддержку. Также может трактоваться как символическое обозначение человека, который помогает «выпустить пар», отрегулировать **эмоции**;

- двери - информационный портал; тот, кто учил выстраивать отношения с миром; тот, у кого вы учитесь взаимодействовать с другими людьми;

- порог - человек, с которым вы связываете возможность коммуникации в будущем.

Выводы. Методика позволяет за достаточно короткое время определить роль для клиента каждого члена семьи, а также понять, какую роль в своей семейной системе он отводит себе.

4. Упражнение «Ассоциативный ряд»

Цель: дать определение понятию «толерантность»; развивать умение логично и последовательно выражать свои мысли.

Уважаемые коллеги! У каждого на столе находится лист бумаги со словом. Необходимо напротив каждой буквы написать характеристики человека, который ассоциируется с понятием «толерантности» и начинаются с буквы вертикальной строки.(например: т-терпеливый и т.д.)

Вывод. Понятие «толерантность» имеет много аспектов. Каждое из определений обнаруживает какую-то грань толерантности.

Информационное сообщение (Просмотр презентации) «Толерантность - это...»

Психолог. Быть толерантным сейчас актуально. Каждый человек заинтересован в том, чтобы сохранить свое здоровье. В социуме, где личность находится в непосредственном взаимодействии с окружением, получаются различные позитивные и негативные эмоции. Чтобы уберечься от негативных эмоций, нужно быть толерантным и независимо от ситуации, согласно нормам этикета, соответствовать поступкам и словам окружающих.

5. Упражнение-демонстрация «Влияние слова на человека»

Материалы: стакан с чистой водой, соль, перец, горстка земли.

Психолог. Возьмем стакан воды. Представим, что это человеческая душа – чистая, простая, наивная, способная впитывать в себя все и хорошее, и плохое.

Соль – грубые, соленые слова;

Перец – жгучие, обидные слова;

Ком земли – невнимательность, безразличие, игнорирование.

Когда мы это все смешаем – получим состояние человека. Сколько пройдет времени, пока все осядет, забудется? А стоит только легонько взболтать – и все поднимется на поверхность. А это стрессы, неврозы.

Обсуждение

– Какие чувства у вас возникли во время этого упражнения-демонстрации?

Вывод. Когда мы с кем-то ссоримся и говорим что-то неприятное, мы оставляем в душе человека негативные следы. И не имеет значения, сколько

раз мы потом попросим прощения. Словесные раны причиняют такую же боль, как и физические. Поэтому свою терпимость, понимание мы можем проявлять по-разному: спокойно, выдержанно, доброжелательно, то есть толерантно.

6. Упражнение «Свидание»

Психолог. Следующее упражнение «Свидание» Для эффективной работы я предлагаю объединиться в группы. А сделаем это так: поиграем в считалку «Слива, груша, яблоко». Теперь все одинаковые фрукты объединяются в одну группу. У нас образовались три замечательные группы.

Каждая группа получит конверты с набором отдельных предложений, которые нужно расположить последовательно, руководствуясь логикой, чтобы получилось содержательное повествование. Затем один представитель из группы представляет результат.

Карточки с предложениями:

- Его сердце екнуло.
- Было уже поздно.
- Где залаял пес.
- Месяц - словно большой апельсин.
- Поезд тронулся.
- Имеет ли что-то смысл в этой жизни?
- Он взял ее за руку.
- Послышался скрежет железа.
- Он посмотрел на нее.
- Раздался выстрел.
- Он понял, что только она могла сделать его счастливым.
- Ее глаза были закрыты.
- Эта встреча - последняя.
- Легкий ветерок доносил взволнованный шепот.

Психолог. Каждая группа создала свой рассказ, опираясь на полученную информацию. А чей же рассказ правильный? Люди привыкли действовать стереотипно, оглядываясь на созданные кем-то каноны.

Здесь нет правильного или неправильного ответа. У каждого получился свой рассказ, и каждый может объяснить логику его построения. Мы учимся принимать и уважать мнения других, ведь они имеют право на существование.

7. Упражнение «Быть педагогом - это ...»

Цель: закрепить полученные знания. Все участники сидят в кругу. Каждый по очереди высказывается. Первый начинает такими словами.

«Педагогом быть хорошо, потому что ...».

«Педагогом быть плохо, потому что ...»

«Педагогом быть трудно, потому что....»

«Педагогом быть важно, потому что....»

«Педагогом быть - это счастье, потому что....»

«Педагогом быть грустно, потому что....»

«Педагогом быть радостно, потому что....»

«Педагогом быть интересно, потому что....»

«Педагогом быть удивительно, потому что....»

После выполнения упражнения участники обмениваются впечатлениями, обсуждают то, что позволило посмотреть по-другому на профессию педагога, было что-то для кого-то неожиданным, было кому трудно найти что-то негативное или позитивное.

8. Упражнение «Ладочки»

Цель: Сохранение психологического комфорта всех участников тренинга.

Каждый участник на отдельном листе бумаги рисует свою ладонь. (Обводит контур ладони) и подписывает ее в центре изображения, Пишет «Я» и стрелочкой показывает на каждый палец.

После участники по кругу передают свои ладошки, где по очереди *пишут на пальце один комплимент своим коллегам*. Один участник пишет один комплимент в одну ладошку. Когда все пять пальцев заполнятся комплиментами, ладошки возвращаются их владельцам.

Заключительное слово психолога

Ведите себя согласно «Золотого правила» в любых ситуациях – это залог успеха ваших взаимоотношений.

Воспринимайте человека положительно, с любовью.

Уважайте права других людей.

Стройте ваши отношения по взаимному доверию.

Проявляйте терпение, сдержанность.

Умейте прощать.

Адаптируйте свое поведение к нуждам окружающих.

Говорите так, чтобы тебя услышали.

Слушай так, чтобы понять, о чем идет речь.