

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Цветик-семицветик» п.Беркакит Нерюнгринского района

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ
«Тимбилдинг» (игры на командообразование)
для педагогов

Подготовила и провела:
педагог-психолог Ветлугина А.Н.

февраль 2023 год

Цель:

создание модели эффективной команды, формирование и усиление общего командного духа, принятие особенностей друг друга, сплочение коллектива, получение навыков совместной работы и обучение приемам выработки общей стратегии.

Задачи тренинга:

- Создать положительную атмосферу в течение тренинга (объединение, атмосфера доверия; поощрение участников к совместной длительной работе, поддержка каждого из участников);
- Сформировать модель эффективной команды (направить группу на достижение общей цели и реализации задач; отработать правила совместной коллективной работы с учетом интересов каждого участника; развить способности нахождения эффективных оригинальных решений и способов поведения в различных ситуациях; повысить осознание рациональности распределения командных ролей и обязанностей).
- Игровая коррекция поведения (снижение чрезмерного эмоционального напряжения; устранение барьеров, мешающих продуктивным конструктивным действиям; регуляция социальных отношений).
- Моделирование ситуаций;
- Игровые моменты и их анализ;
- Активная обратная связь;
- Обсуждение значимости темы;
- Прослеживание участниками стратегий личного поведения.

Участники: педагоги ДОУ, специалисты.

Прогнозируемые результаты: повышение уровня коммуникации; улучшение взаимодействия между сотрудниками; увеличение скорости принятия командного решения; умение разрешать спорные ситуации, формирование позитивного взгляда на возможности команды.

Ход тренинга

Вступление: Добрый день! Я рада приветствовать вас на нашем тренинге под названием «Тимбилдинг»! Это замечательно, что мы смогли с вами встретиться и имеем возможность немного расслабиться, отдохнуть, поиграть, узнать о себе и коллегах что-то новое и, самое главное, — выразить друг другу радость встречи.

Тема очень актуальна и востребована, так как ресурсом эффективной работы является команда педагогов. В командной работе резко возрастает роль личностей, осуществляющих трудовой процесс. От квалификации педагогов,

деловой активности, умения взаимодействовать между собой и достигать социально значимого результата зависят судьбы детей, родителей, сотрудников и перспективы развития всего учреждения. Одним из наиболее востребованных личных качеств, наряду с профессионализмом, является способность действовать в команде. Ключевым фактором эффективной работы команды является способность каждого ее члена «работать на результат» и уважать мнения всех сотрудников.

Что такое тимбилдинг и с чем его едят? Термин "тимбилдинг" произошел от английских слов team команда и building построение.

«Тимбилдинг»

– это «командообразование», комплекс игр, упражнений, с помощью которых из обычных участников со своими слабостями и недостатками формируется уверенная, надежная и сплочённая супер команда. В наше время тимбилдинг является одной из перспективных моделей корпоративного управления, обеспечивает полноценное развитие коллектива, и является одним из наиболее эффективных инструментов управления персоналом.

Предлагаю вам начать нашу встречу с чего-нибудь теплого, доброго и светлого. Но теплое и светлое само по себе не появляется, его делают люди. И если вы хотите привнести это в свою жизнь, то вам нужно хоть что-нибудь для этого сделать. **На этот счет существует одна притча.**

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 котлами с едой. Но какие-то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше - у каждого в руках ложка с длиннющей ручкой. Черпануть из котла они могут, а в рот никак не попадут. Вдруг к нему подбегает местный служащий (судя по всему, Черт) и кричит: - Быстрее, а то ты 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 длиннющими ручками. Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек - а здесь люди этими же ложками кормят друг друга. Всем нам хочется, что бы у нас в жизни было больше светлого, теплого, доброго. Но для того, что бы это появилось, нужно что-то сделать. То есть сейчас, у вас есть замечательная возможность поделиться чем-то теплым, светлым и радостным. Это означает, что вы имеете полное право подойти к любому, и не только одному человеку и сказать и сделать так, чтобы у него в душе появились эти тепло и свет. А он вам может на это ответить. И я надеюсь, что таких встреч будет как можно больше.

Разминка. Упражнение «Приседания в парах»

Участники становятся попарно, один напротив другого, руки – на плечах друг друга, носки касаются носков. Нужно присесть, подняться. Обсуждение.

- Когда легче было выполнить это упражнение? Одному? Вдвоем?
- Что помогало вам быстро подняться?

Приседания командой (групповая сплоченность). Команда находится в круге, руки на плечах друг друга, носки касаются носков.

Присесть точно так же, как и при упражнении в парах. Круг может разорваться.

Педагог- психолог задает вопрос: «Что нужно сделать, чтобы подняться всем вместе?» Команда может отработать несколько стратегий.

Обсуждение: Что помогло вам выполнить это упражнение?

(Вывод: когда мы ближе друг к другу, мы можем все.)

1. Упражнение «Тарелка с водой»

Цель упражнения: развивать взаимопонимание и поддержку в коллективе.

Участники группы по команде психолога закрывают глаза и молча, по кругу передают тарелку с водой (шарики для тенниса) друг другу.

Анализ упражнения: В результате, при передаче развиваются способы коммуникации, поиск рук партнеров

до момента передачи тарелки, предупреждение о передаче прикосновением.

Обсуждение:

Какие эмоции (ощущение) испытывали во время данного упражнения?

Что, по вашему мнению, не удалось?

Как можно это исправить, что необходимо для этого сделать?

2. Упражнение «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.

3. Упражнение «Построимся» - умение распределять роли в команде, сравнивать себя с другим участником по схожим признакам.

Задача участников – построиться в одну линию по росту. При этом нельзя разговаривать. Затем задание усложняется – им нужно построиться по дате рождения, по длине волос, по стажу работы.

Психологический смысл упражнения: участники лучше узнают друг друга, обучаются эффективному взаимодействию в команде.

Обсуждение: трудно ли Вам было выполнять это упражнение? Почему?

Какую роль Вы избрали для себя? Какая стратегия выполнения была наиболее эффективна?

4. Упражнение «Художники»- умение договариваться и работать в паре. С каждой команды выбирается по два участника, которые должны обнять друг друга одной рукой, а второй рукой нарисовать общий единый рисунок. Обсуждение: трудно или легко вам было выполнять это упражнение? Почему? Что помогало вам выполнить упражнение?

5. Упражнение «Необитаемый остров».

«Ваша группа летела на ковре-самолете и случайно попала неизвестно куда. Оказалось, что это необитаемый остров, представляющий собой высоко поднятое над морем плато, имеющий обрывистые скалистые берега и узкую полосу земли внизу, на побережье. На плато есть деревья, животные, пресная вода, то есть условия для жизни. На побережье нет ничего. Поэтому на острове можно просуществовать лишь несколько дней. Исследуя остров, вы обнаруживаете в скале пещеру, и от случайно произнесённых слов, которых никто не запомнил, она неожиданно открылась. В ней есть любые предметы. Каждый из вас может взять по 10 предметов. Советоваться с другими нельзя. Поделиться, обменяться предметами с другими участниками потом тоже будет нельзя. Составьте список тех предметов, которые вы хотели бы взять из пещеры. После выполнения этой части задания задание будет следующее: «У каждого из вас есть по 10 предметов, однако ситуация такова, что вся группа может унести из пещеры только 10 предметов. В течение нескольких минут вы должны посоветоваться между собой и составить единый, общегрупповой список. Обсуждение: Удалось ли участникам группы договориться?

Если нет, то почему?, Какие формы взаимодействия в группе способствовали достижению результата, а какие препятствовали?, Был ли в дискуссии лидер? Назначили его сознательно или он проявил себя сам? В процессе осуждения можно выйти на алгоритм принятия решения.

Завершение тренинга.

А сейчас ответьте на такие вопросы:

Что для вас сегодня было важным? Какие чувства вы испытывали?

Нужны ли вам в дальнейшем такие тренинги? (ответы педагогов).

Ну что ж наш тренинг подошел к концу. Мне хочется поблагодарить за активное участие и желание взаимодействовать. Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что мы единое целое, каждый из нас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого!

«Ведь Лучше быть вместе, а вместе быть лучшими!»

Желаю вам успехов в вашей трудовой деятельности. И давайте наградим себя аплодисментами! Аплодисменты.