

## Тренинг личной эффективности «Успешный педагог».

Педагог-психолог: Шабурова О.А.

**Цели:** создание благоприятных условий для работы, освоение способов самораскрытия; осознание участниками некоторых своих личностных особенностей и оптимизация отношений к себе и своей личности.

### Ход тренинга

#### 1. *Приветствие.*

– Здравствуйте, дорогие коллеги! Сегодня я проведу для вас тренинговое занятие, цель которого формирование внутренней позиции успешного педагога. Но для начала давайте поприветствуем друг друга.

Я предлагаю познакомиться и совершить это следующим образом: всем участникам группы необходимо сделать визитные карточки со своим именем. Каждый вправе взять себе любое имя, которым он хочет, чтобы его называли в группе: свое настоящее, игровое, имя литературного героя, имя-образ. Затем, когда визитки готовы, всем по очереди предлагается назвать свое имя, а потом рассказать историю его происхождения.

Главная идея этого упражнения – дать возможность при знакомстве подчеркнуть свою индивидуальность.

-А теперь я хочу познакомить Вас с правилами.

#### 2. *Правила для участников тренинга:*

- 1) Доверительный стиль общения (одно из его отличий – называние друг друга на «ты», что психологически уравнивает всех членов группы и ведущего).
- 2) Общение по принципу «здесь и теперь» (говорить только о том, что волнует участников в данный момент, и обсуждать то, что происходит в группе).
- 3) Искренность в общении (говорить только то, что действительно переживается, или молчать; открыто выражать свои чувства по отношению к действиям других участников).
- 4) Конфиденциальность (происходящее на занятии не выносится за пределы группы, что способствует раскрытию участников).

#### 3. *Игра «Поменяйтесь местами...».*

Эта игра позволит немного подвигаться, поднять настроение, а также узнать друг друга о друге дополнительную информацию. Ведущий предлагает поменяться местами тем. Кто: носит брюки, имеет голубые глаза, любит носить платья, любит яблоки и т.д. Когда правила игры становятся понятны, условия перемены мест усложняются. Теперь вопросы должны касаться особенностей профессиональной деятельности участников, образования, специфика работы с детьми, мотивов участия в тренинге и др.

Например, поменяются местами те, кто:

- работает всю жизнь в одном учреждении;
- работает в настоящее время по новой программе;
- любит свою работу;
- работает педагогом меньше 3 лет;
- работает педагогом больше 5 лет;
- мечтал быть педагогом с детства и т.д.

После подвижного упражнения можно спросить желающих, во-первых, кто, что о ком запомнил, а во-вторых, кто хотел бы, чтобы рассказали другие, что о нем запомнили

#### 4. *Игра «Ладони-колени».*

Сидя в кругу, положите ладони на колени соседей: правую – на левое колено соседа слева, левую – на правое колено соседа справа. Играющие передают хлопок от колена к

колену (для этого надо внимательно следить за тем, чья рука лежит на следующем колене по кругу, и не перепутать очередность своего хлопка). Когда устоится ритм хлопков, можно усложнить упражнение – два хлопка по одному колени будут обозначать движение в обратную сторону, то есть теперь играющим нужно следить и за тем, чья рука хлопнет по колени, и за направлением движения хлопков.

#### **5. Упражнение-активатор «Апельсин».**

Перекидывая друг другу мячик, давать любые возможные определения апельсину.

Упражнение активизирует творческое мышление, внимание, хорошо поддерживает рабочую мотивацию.

#### **6. Упражнение «Мои сильные стороны» (в малых группах по 3 человека)**

Общее время работы микрогрупп – 15 минут.

Каждому участнику предлагается рассказать остальным о чертах личности, которые он считает лучшими в себе, которые он мог бы выдвинуть в качестве примера детям и хотел бы сформировать у своих воспитанников.

На основании самопрезентаций каждая микрогруппа составляет сборный портрет лучших черт с указанием на то, какие, благодаря им, качества личности детей они могут воспитать, будучи напарниками.

Вопросы для обсуждения:

- Какие чувства вызвало задание?
- Понадобилась ли помощь партнеров в выделении своих сильных сторон?
- Что мешало свободно говорить о своих достоинствах?
- Какие чувства вы испытывали, когда услышали собственные сильные стороны в общем портрете?
- Задумывались ли вы раньше о влиянии ваших черт на воспитание конкретных сторон личности детей?

Каждому педагогу нужно развивать такие качества, которые будут положительно влиять на формирование определенных черт личности детей.

#### **7. Упражнение «Объявление».**

В течение 5 минут каждый должен составить объявление о своих услугах (репетиторство, консультирование, развивающая работа и т.д.), которое бы отражало профессиональную уникальность и включало нечто такое, чего не может предложить другой специалист.

Затем в течение одной минуты объявление зачитывается перед всеми. Группа может задавать любые вопросы по содержанию объявления, дабы удостовериться, действительно ли стоит воспользоваться услугами данного специалиста.

#### **8. Упражнение «Мои перспективы».**

Необходимо сформулировать основные цели профессионального самосовершенствования, которые участники хотели бы достичь в этом учебном году. При этом надо подумать конкретные шаги, предполагающие их достижение.

#### **9. Упражнение «Я все могу»**

Оборудование: листы бумаги, фломастеры.

- Когда мы говорим о себе хорошо, это здорово помогает нам добиваться успеха, переживать сложные ситуации и доводить до конца трудные дела.
- Подумайте сейчас о трёх вещах, которым вы хотели бы научиться или хотели бы выполнять их лучше, чем сейчас. Выбрав эти три вещи, представьте себе, что вы уже умеете их делать. Сформулируйте это в утвердительной форме. Например, «Я очень хорошо плаваю», «Я пишу интересные статьи». Возьмите лист бумаги и запишите эти фразы большими буквами, сделайте рамку.

Покажите свой плакат всем участникам, расскажите, что на нём написано. Возьмите эти плакаты домой, чем чаще вы будете смотреть на них, тем легче будет добиваться того, чтобы эти слова стали правдой.

#### **10. Упражнение «Подарок»** Каждый участник дарит своему соседу справа «подарок», то есть сообщает ему о том, чтобы он хотел ему подарить, имея неограниченные материальные возможности.

Упражнение проходит по кругу.

