

Психологический тренинг "Я - успешный учитель"

Психологический тренинг "Я - успешный учитель"

Ведущий: педагог-психолог МБУ ДО ДДТ Артеменко И.А.

Участники: учителя школ Белокалитвинского района

Дата проведения: 27.04.2019

Цель: Формирование внутренней позиции успешного учителя

Задачи:

- активизация и укрепление доверия учителя к самому себе, к собственным желаниям и потребностям, развитие его индивидуальности, расширение самосознания, поиск эффективного индивидуального стиля педагогической деятельности;
- конструктивное решение конфликтных ситуаций;
- повышение уровня самооценки учителя;
- формирование у учителей эмоционально-положительного отношения к детям;
- активизация у учителей детских воспоминаний, развитие эмоционального восприятия;
- развитие у учителей способности к педагогической рефлексии, анализу и оценки последствий собственных воспитательных воздействий;
- организация обмена опытом между учителями на предмет общения с трудными учащимися;
- развитие средств эффективного общения учителя с коллегами по работе (другими учителями в школе);
- изучение стиля и структуры межличностных отношений и их особенностей, а также исследования представлений о себе, своем идеальном "Я", отношения к самому себе.

1. **Приветствие участников**
2. **Три социальных видеоролика об учителях**
3. **Упражнение-энергизатор "Я - не я"**
4. **Упражнение "Встреча"**

Цель упражнения: активизация у учителей детских воспоминаний, развитие эмоционального восприятия, формирование "комплекса детскости".

Организация группового занятия осуществляется по типу медитативного сеанса. Учителя удобно рассаживаются на своих местах. Они садятся полукругом, а психолог встает перед ними.

После успокаивающих слов: *"Расслабьтесь, сядьте свободнее, спокойно подышите несколько минут"*, психолог просит группу визуализировать образы и картинки, которые он будет словесно описывать.

Далее он говорит: “Представьте, что в настоящий момент вы находитесь у себя дома, в своем доме или квартире. Вы сидите там, где обычно отдыхаете, где вам особенно уютно и хорошо. Вы внутренне готовитесь к встрече, важной для вас. Вы сосредоточены и внимательны к самим себе.

А теперь вы мысленно встаете и идете по направлению к выходу. Открываете дверь и медленно спускаетесь по ступенькам лестницы. Выходите из затемненного подъезда на улицу в светлое пространство летнего солнечного дня. На улице навстречу вам идет ребенок. Он приближается все ближе и ближе. Приглядитесь, этот ребенок – вы сами, какой вы были, когда учились в начальной школе. Посмотрите, как эта девочка одета, какое у нее выражение лица, настроение. Постарайтесь как можно более подробно рассмотреть ее. Задайте ей важный для вас вопрос и постарайтесь услышать от нее ответ.

После этого повернитесь и медленно, не спеша возвращайтесь в свою квартиру”.

Общее обсуждение проводится на основе следующих опорных вопросов: “Опишите образ себя, какой вы были в детстве и который возник сейчас в вашем внутреннем воображении”; “Какой вопрос вы задали и какой ответ получили?”; “Опишите ваши переживания и впечатления”.

5. Упражнение “Хвасталки”.

Цель: закрепление внутреннего ощущения успеха.

Участники вспоминают какое-то значимое для себя достижение.

6. Упражнение “Решение конфликтных ситуаций”.

Каждой группе предлагается конфликтная ситуация. Группе необходимо найти конструктивное решение, сложившейся конфликтной ситуации.

1. На заседание кафедры некоторые преподаватели пришли неподготовленными. Как вести себя руководителю кафедры? Почему сложилась такая ситуация?
2. В классе – ЧП: у девочки украли кошелек. Все подозревают одного и того же ученика. Девочка плачет, а одноклассники – одни сочувствуют, другие считают, что она растяпа и сама виновата, третьи предлагают обыскать подозреваемого ученика. Как вести себя учителю?
3. В классе – ребенок, который часто и подолгу болеет, а потому не успевает. Решается вопрос о том, чтобы оставить его на повторный год обучения. Родители просят не делать этого – мальчик не виноват в своей болезненности. Роль учителя, классного руководителя, завуча, директора в этой ситуации?
4. У учеников и родителей претензии к охранникам: не разрешают детям выходить во двор, не пускают в школу родителей, а родители еще и оплачивают это “удовольствие”. Ребята и родители заявляют, что нарушаются их права. Как должен повести себя в этой ситуации директор, завуч, учитель, классный руководитель?
5. Родители первоклассницы обратились к директору с просьбой перевести ребенка в другой класс: каждое утро слезы, девочка не хочет идти в школу – она ей не нравится. Почему родители обратились именно к директору, а не попытались решить проблему с учителем?
6. В школе в начале учебного года были введены платные услуги. Оформлены соответствующие документы, но случилось так, что учитель по определенным причинам не провел несколько уроков. Он пришел в класс и сказал детям: “Ребята, т.к. уроки не были проведены, то за них вы можете не платить”. Правомерны ли действия учителя?

7. Упражнение «Я - дома, я - на работе».

Разделить лист пополам. Составить 2 списка определений (как можно больше) «Я - дома», «Я - на работе». Как вариант можно предложить составить списки определений «Дома я никогда», «На работе я никогда». Это позволит выйти на имеющиеся стереотипы поведения, мышления.

Проанализировать:

похожие черты,

противоположные черты

какой список было составлять легче; какой получился объемнее?

каково ваше отношение к тому, что в характеристиках есть заметные различия и т.д.

Комментарий: эти упражнения позволяют участникам посмотреть на их взаимоотношения с профессией как бы со стороны, первоначально определить свое отношение к сложившейся ситуации, отметить возможную проблемность, «перекосы» в распределении психической энергии.

8. Притча «На всех не угодишь!»

Отец со своим сыном и ослем в полуденную жару путешествовал по пыльным переулкам Кешана. Отец сидел верхом на осле, а сын вел его за уздечку. «Бедный мальчик, — сказал прохожий, — его маленькие ножки едва успевают за ослем. Как ты можешь лениво восседать на осле, когда видишь, что мальчишка совсем выбился из сил?» Отец принял его слова близко к сердцу. Когда они завернули за угол, он слез с осла и велел сыну сесть на него. Очень скоро повстречался им другой человек. Громким голосом он сказал: «Как не стыдно! Малый сидит верхом на осле, как султан, а его бедный старый отец бежит следом». Мальчик очень огорчился от этих слов и попросил отца сесть на осла позади него. «Люди добрые, видели вы что-либо подобное? — заголосила женщина под чадрой. — Так мучить животное! У бедного осла уже провисла спина, а старый и молодой бездельники восседают на нем, будто он диван, бедное существо!» Не говоря ни слова отец и сын, посрамленные, слезли с осла. Едва они сделали несколько шагов, как встретившийся им человек стал насмехаться над ними: «Чего это ваш осел ничего не делает, не приносит никакой пользы и даже не везет кого-нибудь из вас на себе?» Отец сунул ослу полную пригоршню соломы и положил руку на плечо сына. «Что бы мы ни делали, — сказал он, — обязательно найдется кто-то, кто с нами будет не согласен. Я думаю, мы сами должны решать, что нам надо делать».

9. Упражнение «Комплимент»

Цель упражнения: создание положительного эмоционального настроения на собеседника, овладение техникой комплимента.

Задание: придумать комплимент, соответствующий личностным качествам собеседника.

Инструкция: вспомним слова Б. Окуджавы

«Давайте восклицать, друг другом восхищаться,

Высокопарных слов не стоит опасаться.

Давайте говорить друг другу комплименты,

Ведь это все любви счастливые моменты...!

Сегодня будем говорить друг другу комплименты. Выберите себе партнера для выполнения задания. Обмен комплиментами будет происходить в форме диалога. Нужно не только получить комплимент, но и обязательно его возвратить.

Например:

- Наташа, ты такой отзывчивый человек!

- Да, это так! А еще, я добрая!

-А у тебя Оля, такие красивые глаза!

Комплимент принимается в определенной форме: Да, это так! А еще я...(добавляется положительное качество) и комплимент возвращается к говорящему.

10. Притча Ручеёк

Когда-то давно жил на свете маленький Ручеёк. Он спускался с гор в красивую зелёную долину. И вот однажды он добежал до пустыни. Тут он остановился и задумался: "А куда же бежать дальше". Впереди было много нового и неизвестного, поэтому Ручеёк испугался.

Но тут он услышал Голос: "Смелее! Не останавливайся на достигнутом, впереди ещё много интересного! "

Но Ручеёк продолжал стоять. Ему очень хотелось стать большой полноводной рекой, но он боялся изменений и не хотел идти на риск.

Тогда Голос снова заговорил: "Если ты остановишься, то никогда не узнаешь, на что ты на самом деле способен! Просто поверь в себя, и тогда ты в любом окружении сможешь найти правильную дорогу! Беги дальше! "

И Ручеёк решился. Он побежал по пустыне. Ему было очень плохо. Незнакомые места и изнуряющая жара с каждым днём забирали его силы. И через несколько дней он высох.

Но вот испарившиеся маленькие капельки встретились высоко в небе. Они объединились в одно большое облако и поплыли дальше над пустыней.

Долго плыло облако над пустыней, пока не добралось до моря. И вот Ручеёк пролился в море многочисленными маленькими капельками дождя. Теперь он слился с огромным морем. Мягко качаясь на волнах, он улыбался себе. Раньше, когда он жил в долине, он не мог даже мечтать о таком. Ручеёк подумал: "Я несколько раз изменил форму и только сейчас мне кажется, что я наконец-то стал самим собой! "

Не бойтесь изменений и никогда не останавливайтесь на достигнутом! Жизнь настолько многогранна, что никогда не знаешь, что может ждать впереди. Главное - быть уверенным в себе и не бояться принимать решения!

11. Рефлексия

