Домкина Вера Владимировна

МБУДО "Станция детского технического творчества" г. Оренбурга

Педагог - психолог

Методическая разработка

занятия для педагогов дополнительного образования

«Я – педагог, я– воспитатель!»

**Цель:** создание условий для осознания педагогами дополнительного образования собственных профессиональных достижений и ресурсов.

**Задачи:**

1. *Создать условия для раскрытия каждым педагогом своих профессиональных качеств и достижений.*
2. *Формировать положительное отношение к профессии «педагога».*
3. *Способствовать личностному росту педагогов.*
4. *Повысить самооценку педагогов.*

**Категория участников:** *педагогические работники дополнительного образования.*

**Оборудование:** *листы формата А4, цветные и простые карандаши, ручки, мяч, магнитофон, аудиозапись для медитации.*

**1. Приветствие.**

Участникам предлагается продолжить фразу, обращаясь к каждому члену группы: «Привет, (имя), мне приятно тебе сказать...».

1. **Упражнение «Вы, вероятно, не знаете обо мне…»**

**Цель:** создание условий для самоутверждения педагогов и раскрытия своих интересов и увлечений.

Каждый участник рассказывает о себе то, что он полагает, будет интересно для других. Рассказ должен быть кратким, из нескольких фраз, емким, интересным и неожиданным для других.

1. **Упражнение: Три рисунка «Я работаю педагогом»**

**Цель:** актуализация собственного отношения к своему профессиональному пути.

Участникам предлагается нарисовать себя в своей профессиональной должности:

* в начале трудового пути (или представления студента, если у специалиста совсем маленький опыт работы)
* в настоящее время
* через 5 лет

Педагоги делятся, в первую очередь, собственными ощущениями от своих рисунков. Важно, чтобы они сами смогли увидеть возможные различия в содержании, разработанности, цветовой гамме изображенного.

**4. Тест геометрических фигур**

Цель: определение некоторых психологических особенностей педагогов.

 *Сейчас мы будем определять свои индивидуальные особенности с помощью психологического инструмента - «Теста геометрических фигур». Выберите одну из пяти геометрических фигур: квадрат, треугольник, круг, прямоугольник, зигзаг. Теперь предлагаю вам разбиться на группы в соответствии с выбранной фигурой.*

Затем каждая группа знакомится с интерпретацией результатов теста (в том объеме, который относится их фигуры).

**Интерпретация результатов по тесту геометрических фигур**

**ПРЯМОУГОЛЬНИК**: изменчивость, непоследовательность, неопределенность, возбужденность. Любознательность, позитивная установка ко всему новому, смелость, низкая самооценка, неуверенность в себе, доверчивость. Нервозность, быстрые, резкие колебания настроения, избегание конфликтов, забывчивость, склонность терять вещи, непунктуальность. Новые друзья, имитация поведения других людей, тенденция к простудам, травмам, дорожно-транспортным происшествиям.

**ТРЕУГОЛЬНИК**: лидер, стремление к власти, честолюбие, установка на победу. Прагматизм, ориентация на суть проблемы, уверенность в себе, решительность. Импульсивность, сила чувств, смелость, неукротимая энергия, склонность к риску. Высокая работоспособность, буйные развлечения, нетерпеливость. Остроумие, широкий круг общения, узкий круг близких и друзей.

**ЗИГЗАГ**: жажда изменений, креативность, жажда знаний, великолепная интуиция. Одержимость своими идеями, мечтательность, устремленность в будущее. Позитивная установка ко всему новому, восторженность, энтузиазм, непосредственность. Непрактичность, импульсивность, непостоянство настроения, поведения. Стремление работать в одиночку, отвращение к бумажной работе, безалаберность в финансовых вопросах. Остроумие, душа компании.

**КВАДРАТ**: организованность, пунктуальность, строгое соблюдение инструкций, правил. Аналитическое мышление, внимательность к деталям, ориентация на факты. Пристрастие к письменной речи, аккуратность, чистоплотность, рациональность, осторожность, сухость, холодность. Практичность, экономность, упорство, настойчивость, твердость в решениях, терпеливость, трудолюбие. Профессиональная эрудиция, узкий круг друзей и знакомых.

**КРУГ**: высокая потребность в общении, контактность, доброжелательность, забота о другом. Щедрость, способность к сопереживанию, хорошая интуиция. Спокойствие, склонность к самообвинению и меланхолии, эмоциональная чувствительность. Доверчивость, ориентация на мнение окружающих, нерешительность. Болтливость, способность уговаривать, убеждать других, сентиментальность, тяга к прошлому. Склонность к общественной работе, гибкий распорядок дня, широкий круг друзей и знакомых.

Теперь я предлагаю каждой группе сделать мини-обзор особенностей своей фигуры – характер и поведение, личностные черты, внешний вид, речевые особенности, организация рабочего места. На этом этапе работы у каждого участника есть возможность сообщить группе о том, что он ошибся с выбором, обосновать, почему он так считает, и перейти в более подходящую для него «фигуру».

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| квадрат | треугольник | прямоугольник | круг | зигзаг |
| внешний вид: женщины |
| сдержанный,неяркий,худощавый | элегантный,дорогие вещи,ухоженный | меняющийся,сумасбродный,не в тон ситуации | неофициальный,женственный,полные | разнообразный,небрежный,экстравагантный |
| рабочее место |
| каждая вещь на своем месте | символы статуса и успеха | беспорядок | уютная, домашняя обстановка | запущенность или демонстратив-ность |
| речь |
| сухая, монотонная, медленная, высокий голос, речевые штампы, профессиональная терминология | логичная, краткая, эмоциональ-ная, быстрая, громкий, уверенный голос, остроты, жаргон | неуверенная, неясная, сбивчивая, эмоциональная, «паузы нерешитель-ности» скороговорка, «слова-паразиты», срывающийся голос | непоследова-тельная, плавная, эмоциональная, успокаивающая, комплименты | непоследова-тельная, яркая, образная, эмоциональная, богатая лексика, жаргон, остроты |
| язык тела |
| скованная поза (зажатость»); рассчитанные движения, скупые жесты; солидная походка, бесстрастное лицо; потение, нервный смех | уверенные, плавные движения, выразитель-ные жесты энергичная походка, сжатые губы, властный взгляд | неуклюжий, резкие, отрывистые движения, неуверенные жесты и походка, бегающий взгляд, хихиканье, быстро краснеет | расслабленная поза, плавные движения, доброжелательная улыбка и приветствие, жизнерадостная походка | быстро меняющиеся позы, плавные движения, стремительная походка, живая мимика, манерность |

**5.Упражнение «Я подарок для человечества»**

 **Цель:** повышение самооценки педагогов.
Педагогам даётся несколько минут на размышление, на поиск своих положительных качеств. Начинать своё выступление нужно со слов «Я подарок для человечества, потому что…»
 **Обсуждение:** Сложно ли было себя хвалить? Было ли трудно, тяжело высказывать свои положительные качества? Что вы чувствовали во время выполнения этого упражнения?

**6. Упражнение-инсценировка «Особая педагогическая программа»**

**Цель:** создание условий для анализа педагогического опыта.

Педагогам предлагается разделиться на группы, исходя из результатов тестирования (круг, квадрат и т.д.). Затем группам предоставляется время на подготовку презентации своей «фигурной» воспитательной программы:

- педагогический девиз;

- от чего мы испытываем удовольствие в работе и общении с детьми и что нас раздражает;

- что у нас хорошо получается, чему мы можем научить;

- что получается с трудом, «без искорки»;

- почему без нас детям плохо;

- какие профессиональные деформации возможны у воспитателей нашего типа.

 Презентация может выполняться в виде сценки, скульптуры, пантомимы.

**7. Игра «Я учусь у тебя»**

**Цель:** удовлетворение потребности в профессиональном признании.

 Участники бросают друг другу в произвольном порядке мячик со словами: «Я учусь у тебя…» (называется профессиональное или личное качество данного человека, которое действительно обладает ценностью, привлекательностью для говорящего). Задача принявшего мяч, прежде всего, подтвердить высказанную мысль: «Да, у меня можно научиться…» или «Да, я могу научить…». Затем он бросает мячик другому участнику.

**8. Тест «Какой я в работе»**

 Вы заходите в булочную и покупаете пончик с повидлом. Но когда Вы приходите домой и надкусываете его, то обнаруживаете, что отсутствует один существенный ингредиент – повидло внутри. Ваша реакция на эту мелкую неудачу?

1. Относите бракованный пончик назад в булочную и требуете взамен новый.
2. Говорите себе: «Бывает» - и съедаете пустой пончик.
3. Съедаете что-то другое.
4. Намазываете маслом или вареньем, чтобы был вкуснее.

 **Если вы выбрали первый вариант**, то вы – человек, не поддающийся панике, знающий, что к вашим советам чаще прислушиваются. Вы оцениваете себя как рассудительную, организованную личность. Как правило, люди, выбирающие первый вариант ответа, не рвутся в лидеры, но, если их выбирают на командную должность, стараются оправдать доверие. Иногда вы относитесь к коллегам с некоторым чувством превосходства – уж вы-то не позволите застать себя врасплох.

 **Если вы выбрали второй вариант**, то вы – мягкий, терпимый и гибкий человек. С вами легко ладить и коллеги всегда могут найти у вас утешение и поддержку. Вы не любите шума и суеты, готовы уступить главную роль и оказать поддержку лидеру. Вы всегда оказываетесь в нужное время в нужном месте. Иногда вы кажетесь нерешительным, но вы способны отстаивать убеждения, в которых твердо уверены.

 **Если вы выбрали третий вариант**, то вы умеете быстро принимать решения и быстро (хотя и не всегда правильно) действовать. Вы авторитарный человек, готовы принять на себя главную роль в любом деле. В подготовке и проведении серьезных мероприятий возможны конфликты, так как в отношениях с коллегами вы можете быть настойчивыми и резкими, требуете четкости и ответственности.

 **Если вы выбрали четвертый вариант**, то вы человек, способный к нестандартному мышлению, новаторским идеям, некоторой эксцентричности. К коллегам вы относитесь как к партнерам по игре и можете обидеться, если они играют не по вашим правилам. Вы всегда готовы предложить несколько оригинальных идей для решения той или иной проблемы.

**8. Упражнение «Толстое стекло»**

 **Цель:** отработка навыков выразительного использования мимики и жестов, необходимых педагогам в их повседневной работе.

 Участники делятся на подгруппы. Затем психолог всех с содержанием упражнения. Участникам предлагается представить, что они общаются друг с другом через толстое стекло, то есть они прекрасно видят друг друга, но не слышат. Используя невербальные средства общения, каждая подгруппа должна донести некую информацию до всех участников.

 Все подгруппы получают от одной до трёх карточек с различными ситуациями. На подготовку пантомимы уходит обычно от 3 до 10 минут. Участники сами распределяют роли.

 **Рефлексия:** впечатления от проделанной работы? Возможные трудности, с которыми столкнулись при выполнении задания; находки, которые сделали в ходе выполнения упражнения?

**9. Упражнение-медитация «Мое сердце на работе…»**

**Цель:** определить положительнее и отрицательные моменты в работе.

*«Закройте глаза. Вы в детском саду. Вокруг много детей. Вот вы и на работе. Посмотрите вокруг. Вы видите лица ребят, все они разные: веселые и грустные, чистые и не очень. Но все они ваши воспитанники. Здесь много ваших коллег. Кто-то из них всегда в хорошем настроении, кто-то – грустит, а кто-то всегда чем-то недоволен.*

*Вдруг ваше сердце загрустило. Посмотрите, что случилось? Почему нет ощущения счастья и радости в душе? Что же делать? Думайте. Вы ищите выход.*

*Вы смотрите вокруг и вдруг ваше сердце начинает петь… Так приятно, радостно на душе. Посмотрите внимательно, что вы видите, отчего ваше сердце запело… Так приятно. Хочется продлить эти счастливые мгновенья. Смотрите внимательно и наслаждайтесь».*

Проводится обсуждение в кругу. Участники делятся впечатлениями от упражнения, рассказывают о том, что на работе вызывает у них грусть, а что – радует.

**10. Рефлексия в кругу.**

Педагогам предлагается по кругу продолжить фразу: «Неожиданным для меня сегодня было…».

**Список литературы**

1. Аникина Е.А., Трофименко Е.К., Бубчикова Н.Я. Тренинг педагогического общения /Школьный психолог – № 8, 2008г.
2. Вачков И. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. Учебное пособие. – М.: Издательство «Ось-89», 2001г.
3. Зеленова И.В. Программа деятельности педагога-психолога по сохранению психического здоровья педагогов /Школьный психолог - № 13, 2005г.
4. Лухтанова Е.М. Формирование коммуникативной компетентности педагогов /Школьный психолог - № 19, 2007г.
5. Родионов В., Ступницкая М. Учительский стресс /Школьный психолог - № 4, 2006г.
6. Успешный Учитель: тренинговые и коррекционные программы: И.А.Агеева. – СПб.: Речь, 2007. – 208 с.