# Психологический тренинг для педагогов *«Осознание профессиональных мотивов»*

Задачи: прояснение своих мотив и потребностей, развитие самосознания и самоисследование участников, почувствовать собственную ответственность за свои профессиональные мотивы.

**Содержание:**

 - знакомство участников тренинга

- установление правил поведения в группе

- активная совместная деятельность

- упражнения для снятия тактильно-телесных зажимов

- организация «Обратной связи» после завершения каждого блока занятий

**Сценарий:**

Знакомство ведущего с группой и всех участников тренинга друг с другом. Ведущий предлагает каждому участнику назвать свое имя, рассказать что – то о себе, свои ожидания от тренинга и т.п. Установление правил работы группы.

«Мудрец из храма».

Участникам сообщается, что данное упражнение относится к медитативным техникам. Предлагается закрыть глаза, расслабиться, слушать медитативную музыку и текст, в котором участники встречаются с мудрецом из храма. Каждый может мысленно задать вопросы своему мудрецу и получить ответы на них.
По итогам данного упражнения происходит обсуждение того, что вызвало затруднение со стороны участников тренинга.

«Осознание ответственности».

Упражнение выполняется в кругу. Каждый участник вспоминает случай из своей профессиональной практики, когда он был в конфликтной ситуации или затруднительном положении. Затем каждый должен рассказать о нем сначала с позиции «Жертвы обстоятельств», а затем с позиции «Ответственного человека с высоким самоуважением, который оказался не на высоте». Участники должны слушать друг друга без комментариев.
После этого проводится обсуждение упражнения, где особое внимание уделяется вопросу: какие были движущие мотивы в этой или иной ситуации?
По итогам проведенного занятия проходит общий анализ происходившего в течение занятия с целью осознания и укрепления своих профессиональных мотивов.

«Сильные стороны».
Участники делятся на пары. Первый член пары в течение двух минут рассказывает партнеру о своем затруднении в педагогической практике. Второй, выслушав, должен проанализировать сложившуюся ситуацию таким образом, чтобы найти сильные стороны в поведении партнера и подробно рассказать о них ему. Потом партнеры меняются местами.
По итогам данного упражнения происходит обсуждение того, что вызвало затруднение со стороны участников тренинга.
В ходе общего анализа проведенного занятия ведущий обращает внимание на осознание потребностей, жизненных целей и профессиональных мотивов участников тренинга.

«Медитация «Горная вершина».

Участникам предлагается расслабиться, закрыть глаза, вообразить, что они находятся у подножья большой горы. Ведущий тренинга предлагает участникам подняться на вершину горы, посмотреть вокруг и подумать о способах решения актуальных вопросов, осознать нужные шаги и правильные поступки. По окончании упражнения проводится обсуждение, направленное на осознание своих чувств, впечатлений и ощущений.
В ходе общего обсуждения занятия ведущий тренинга делает акцент на закреплении способов конструктивного межличностного общения и развитие уверенности в себе и своих профессиональных способностях.

Упражнение 3. «Профессиональный герб».

Ведущий предлагает каждому из участников изобразить контуры профессионального герба, который предстоит наполнить внутренним содержанием. Для этого необходимо определить некоторые моменты профессиональной деятельности:
· достижение или событие, которое участник оценивает как самое знаменательное в своей профессиональной деятельности;
· событие, которое участник считает наиболее значимым в профессиональной деятельности;
· вещи или предметы, при помощи которых вас могут сделать счастливым ваши учащиеся;
· событие, которое вам запомнилось как самое неприятное в вашей педагогической деятельности;
· ваши личностные качества, которые помогают вам в вашей педагогической деятельности.
Главное условие выполнения данного упражнения: заполняя профессиональный герб, участники должны пользоваться рисунками, а не словами. После того, как гербы наполнены внутренним содержанием, они развешиваются на стене (на доске), и получается своеобразная галерея жизненных альтернативных позиций. Участники присматриваются к различным профессиональным гербам и в ходе обсуждения отвечают на вопросы:
· что могут рассказать изображения на гербе о его владельце;
· почему внутреннее содержание рисунков столь различно;
· рисунки какого герба участникам хотелось бы изменить, и чем вызвано такое желание;
· есть ли среди профессиональных гербов самый лучший и почему.
По итогам проходит обсуждение того, что способствовало или затрудняло достижение поставленных целей занятия.

«Разговор со сменой позиций».

Ведущий тренинга предлагает участникам распределиться на микрогруппы по три человека. В каждой микрогруппе участники распределяют между собой роли: Мечтатель, Скептик, Реалист. Каждая микрогруппа выбирает любую актуальную на их взгляд педагогическую проблему. Затем выбранная проблема обсуждается с позиции Мечтателя, Скептика и Реалиста. На следующем этапе участники микрогруппы меняются ролями и обсуждают ту же проблему. В ходе упражнения каждый участник должен побывать во всех трех внутренних позициях. После выполнения упражнения участники каждой микрогруппы делятся своими впечатлениями, трудностями, ощущениями, темой проблемы и способом ее решения.

«Снимаем фильм».

Участникам тренинга дается задание в течение 15 минут «снять» короткометражный фильм о школе. Внутри группы выделяют сценариста, режиссера, актеров. Задача довести съемки фильма до показа и продемонстрировать его.
В конце занятия проходит обсуждения тех сложностей, которые возникли у участников тренинга в ходе «съемок» фильма. Проводится общий анализ выбранного сюжета.

***Подведение итогов занятия***. Каждый участник по очереди выражает свои чувства, которые он испытал во время занятий, пожелания ведущему и т.п. В конце ведущий выдает анкету для заполнения.

**Анкета обратной связи**

1.Понравился ли Вам тренинг?

а. да в. нет

2. Что нового Вы для себя открыли, узнали?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 3. Что для Вас оказалось сложным, затруднительным в тренинге?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Какие впечатления у Вас остались после участия в тренинге?

а) мне понравилось взаимодействовать в группе

б) хотелось бы еще продолжить работу в группе

в) мне не понравилось принимать участие в тренинге

г) свой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Ваши пожелания \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо за участие!**