**Психологический тренинг для воспитателей.**
Цель тренинга: развитие профессионально важных качеств, как педагогическая рефлексия, эмпатия, позитивные установки по отношению к детям.

Задачи тренинга:
1. Выработать позитивное отношение к ребенку.
2. Развитие коммуникативных средств общения с ребенком.
3. Выработать эмоциональное принятие дошкольников.
4. Формирование способов эффективной саморегуляции.
5. Развитие умения общаться с коллегами по работе и с заведующей учреждения, воспитанниками и их родителями, а также с членами своей семьи.

Т Р Е Н И Н Г
«Эмоционально-положительное отношение к детям. Развитие эмпатии».

Прежде, чем приступить к тренингу, участники должны оговорить правила своего поведения на занятии.
Ниже приводятся правила, которые помогают научиться эмпатическому пониманию:
ϖ Сосредоточьтесь на всем, что другой сообщает как вербально, так и на всех проявлениях его эмоций.
ϖ На первых этапах достижения эмпатии найти слова и выражения, которыми можете пользоваться как вы, так и другой, основываясь как на их содержании, так и на их эмоциональной нагрузке. Это называется парафразом.
ϖ В своих ответах пользуйтесь языком, который будет понятен другому.
ϖ Используйте эмоциональный тон похожий на тот, который характерен для другого.
ϖ Продвигайтесь к более к глубоким уровням эмпатии, уточняя и расширяя смысл воспринятого сообщения. Таким образом, вы поможете собеседнику выразить чувства, которые до этого он выразить не мог.
ϖ Старайтесь распознать такие чувства и мысли, которые не выражаются прямо, но подразумеваются. Постарайтесь восполнить то, что упущено в сообщении, вместо того, чтобы основывать обратную связь только на том, что высказано прямо.

1. Знакомство психолога с группой.

Для этого используем упражнение «Кто я?», цель которого ознакомить участников с психологом и наладить контакты между членами группы.
Упражнение «КТО Я?»
Каждому участнику предлагается на отдельном листе бумаги написать о себе как можно больше понятий, раскрывающих, кем он является. Например, дочь, жена, сестра, воспитатель, сангвиник, турист, соседка, подруга, художник, романтик, кулинар и т.д.. Этот листок затем предлагают прикрепить ему на спину. Далее все участники начинают ходить по комнате и читать сведения о других членах группы. Таким образом они знакомятся.
Для налаживания контакта между членами группы можно использовать упражнение "Кораблекрушение”.

Упражнение "Кораблекрушение”.

Руководитель группы предлагает участникам представить, что они потерпели кораблекрушение. В распоряжении группы на судне имеются предметы, список которых приведен ниже:
ϖ спасательный жилет;
ϖ сигнальные ракеты;
ϖ полфунта табака;
ϖ два галона пресной воды;
ϖ коробок спичек;
ϖ три буханки хлеба;
ϖ спасательная шлюлка;
ϖ столовые приборы;
ϖ два килограмма рисовой крупы;
ϖ четыре килограмма ветчины;
ϖ набор столярных инструментов;
ϖ свисток;
ϖ четыре меховые куртки;
ϖ навигационные приборы.
Членам группы предлагается коллективно пронумеровать данные предметы по степени важности для терпящих бедствие. Успешность выполнения этого упражнения связана с тем, что принятое группой решение будет выработано в результате споров и дискуссий и окажется единодушным. В данном случае совершенно неприемлемо голосование или авторитетное мнение кого-либо из участников. При возникновении попыток такого решения задачи психолог должен вмешаться и направить обсуждение в русло тесного контакта между участниками.

2. Далее можно перейти ко второй части разминки – снятию напряжения и усталости у воспитателей. С целью релаксации и организации психо-технического отдыха могут быть использованы упражнения, например, «Убежище».

Упражнение «Убежище».

Участникам тренинга предлагается удобнее устроиться в креслах или на стульях, принять расслабленную позу и закрыть глаза. Мягким, спокойным голосом психолог говорит примерно такой текст: «Представьте себе, что у вас есть надежное убежище, в котором вы можете укрыться в любой момент, когда пожелаете. Совсем необязательно, чтобы это место реально существовало. Например, это может быть хижина в горах или лесная долина, о которой никто, кроме вас, не знает. Мысленно опишите себе это безопасное место. Вы можете там отдыхать, слушать музыку или беседовать с другом. Так фантазировать можно перед сном или в течение дня, когда вы хотите сбросить напряжение и отдохнуть».

3. Заключительная часть разминки связана с формированием у участников внутреннего состояния, необходимого для выполнения основной части занятия. Так как основная часть занятия направлена на развитие эмоционально-положительного отношения к детям, то для активизации у членов группы детских воспоминаний, развития эмоционального восприятия, формирования «комплекса детскости» (способности взрослого человека представить себя ребенком и почувствовать яркость детского восприятия мира), предлагается упражнение «Встреча».

Упражнение «Встреча».

Воспитатели удобно устраиваются на своих местах. Они садятся полукругом, а руководитель группы 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 вы 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.
После этого упражнения психолог задает вопросы: «Опишите свой образ, какой вы в детстве, и какой возник сейчас в вашем воображении»; «Какой вопрос вы задали, какой ответ получили?»; «Опишите ваши переживания и впечатления».

Когда участники группы стали свободнее и раскованнее в действиях и словах, в группе возникла дружелюбная атмосфера, разминка заканчивается. Психолог приступает к основному этапу – собственно педагогическому тренингу.

Упражнение « Мой самый трудный ребенок».

Цель упражнения: развитие у воспитателей эмоционально- положительного отношения к детям, обмен опытом между ними на предмет общения с трудным ребенком.

Участники группы по очереди рассказывают о своем трудном ребенке: как он выглядит, как ведет себя в группе, какие сложные ситуации с ним возникали и. т. п. Воспитатели описывают, как они взаимодействуют с такими детьми. Группа помогает найти более эффективные способы воздействия, привлекая в обсуждение свой практический опыт. При анализе ситуаций, взятых из реального опыта воспитателей, психолог направляет их внимание на поиск таких способов общения с учениками, с помощью которых можно получить положительный педагогический результат.
Для развития у воспитателей способности к педагогической рефлексии, эмпатии, анализу и оценке последствий собственных воспитательных воздействий можно предположить упражнение « Моя первая учительница».

Упражнение "Моя первая учительница ".

Психолог предлагает членам группы вспомнить о своей первой учительнице, как она относилась к детям, как объясняла уроки, как оценивала работу ребят, какая в классе была обстановка.
Эффективность упражнения повышается, если при общем разговоре психолог привлекает внимание участников группы к вопросу о повторении ими в своей работе стиля и манеры своей первой учительницы или их желание стать в чем – то лучше нее, добрее и справедливее по отношению к детям. Важно также развивать у воспитателей умение чувствовать детей на основе воспроизведения собственных детских воспоминаний.
Для расширения диапозона коммуникативных возможностей воспитателей можно предложить упражнения "Интонация” и "Зеркало”.

Упражниние " Интонация”.

Каждый член группы должен сказать какую- либо поощрительную фразу, обращенную к ребенку. Например: " Молодец! У тебя все хорошо получается”. При этом высказанная фраза повторяется участником не менее пяти раз с различной интонацией голоса и выражением лица. Группа решает, какие фразы были удачными, а какие – нет. Психолог помогает каждому воспитателю найти наиболее выразительные интонации для общения с ребятами.
Упражнение " Зеркало”.
Участники занятия разбиваются на пары. В каждой паре выбирается ведущий, второй – его " зеркало”. В задачу ведущего входит осуществление спонтанных движений руками. Второй участник должен стараться синхронно повторять эти движения как бы в зеркальном отображении.
Обсуждаются моменты возникновения психологического контакта между игроками или трудности, появляющиеся при такой невербальной коммуникации. Психолог говорит о том, чтобы каждый член группы на своем опыте " здесь и теперь " почуствовал, какие индивидуально- динамические различия существуют между людьми
( в том числе воспитателями и школьниками) и как важно настроиться на своего партнера по общению, чтобы его правильно понять и почувствовать.

Далее следует заключительный этап- позитивное окончание занятия. Во время этого этапа обсуждается,что произошло на занятии ( групповая рефлексия ). Основное внимание психолог направляет на то, что приобрели члены группы: воспитатель не должен закладывать негативный проект развития отрицательно воспринятого ребенка, он обязан формировать эмоционально- положительное отношение к детям, развивать педагогическую рефлексию – умение выделять способы собственных действий,корректировать и изменять их для нахождения оптимальных,

… « Если бы я была в хорошем настроении, свежая и отдохнувшая, я с радостью торопилась бы в свою группу. Я иду по улице, думаю о своих ребятах и хочу побыстрее их увидеть. Я захожу в детский сад, встречаю коллег по работе, со всеми здороваюсь, обмениваюсь улыбками. Иду в свою группу. Вхожу и говорю: « Здравствуйте, ребята!»

Этим упражнением педагогический тренинг по теме: «Эмоционально- положительное отношение к детям. Развитие эмпатии» заканчивается. Психолог желает воспитателям успехов в работе и приятного общения с детьми.