

Государственное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования Ярославской области
«Центр детей и юношества»

Цикл тренинговых занятий
По психологическому просвещению
«Мастерская ПРОдвижение»

Автор составитель
Педагог-психолог
Мешкова Е.В.

Ярославль, 2022

Пояснительная записка

В настоящее время в стандартах дополнительного образования все большее место занимают вопросы повышения профессионализма педагогических кадров через переход от традиционной модели психологического просвещения к модели развития психологической компетентности и культуры педагогов.

В решении задач повышения мастерства педагогов особую актуальность приобретают методы деятельностного освоения информационного содержания. Интерактивные формы работы с кадрами способствуют активному приобретению теоретических знаний и практических умений, становлению нового профессионального мышления, творческому подходу к использованию передового опыта. В рамках деятельности психолого-педагогического сопровождения профессиональной деятельности педагогического коллектива была разработана данная программа.

Тренинги направлены на повышение профессиональной компетентности педагогов, сплочение коллектива, развитие навыков взаимодействия с обучающимися с педагогическим коллективом, обобщение и распространение педагогического опыта.

Цель: Психолого-педагогическое просвещение педагогов и создание условий для их профессионального и личностного развития.

Задачи:

- Повышение профессиональной компетентности педагогов.
- Обобщение и распространение педагогического опыта.

Условия проведения занятий

Цикл практических занятий рассчитан на 9 занятий, продолжительность каждого занятия от 60 до 90 минут. Количество участников от 8 до 18 человек.

Формы занятий

Занятие подразумевает под собой различные формы деятельности: преимущественно групповая, индивидуальная, а также работа в парах.

Методы работы

Для проведения занятия используются методы развивающего и обучающего характера, подразумевающие моделирование ситуаций, где проявляются и тренируются важные необходимые качества.

- Беседа

- Лекция
- Дискуссия
- Словесные, подвижные и релаксационные упражнения
- Ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, упражнения с игровыми элементами, соответствующие темам занятия
- Арт-терапевтические упражнения

Учебно-тематический план

N	Тема занятия	Кол-во часов
1.	«Сплочение коллектива, командообразование: построение эффективного взаимодействия внутри коллектива».	1 ч.
2.	«Креативность мышления как профессиональная способность педагога. Процесс латерального мышления».	1 ч.
3.	«Психосоматика. Я и мое тело»	1 ч.
4.	«Сила слова. Словесные директивы».	1 ч.
5.	«Целеполагание. Постановка и достижение целей. Мастерская моей мечты».	1 ч.
6.	«Самооценка и факторы, которые на нее влияют. Понятие «Я-концепция». Уверенное поведение. Техники рациональной и позитивной терапии».	1 ч.
7.	«Как сказать «нет» и не создать конфликт».	1 ч.
8.	«Имидж педагога. Компоненты, составляющие понятие «имидж» педагога».	1 ч.
9.	Подведение итогов работы. Разработка, создание и презентация авторского продукта «Советы ПРО...».	1 ч.

Содержание

	Тематика занятий	Задачи занятия	Содержание занятия
1	«Сплочение коллектива, командообразование: построение эффективного взаимодействия внутри коллектива».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание комфортной доверительной атмосферы в группе. 2. Развитие навыков сотрудничества, совместной деятельности в коллективе. 3. Воспитание доброжелательного отношения друг к другу, понимания другого, развитие способности согласовывать свои действия с действиями партнёра; 4. Эмоционально-психологическое сближение участников коллектива. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение «Восточный базар» 3. Обсуждение темы занятия. 4. Упражнение «БИГ-МАК» 5. Упражнение «Властелин кольца». 6. Упражнение «Общее дело». 7. Упражнение «Острова» 8. Упражнение «Вавилонская башня». 9. Упражнение «Завязываем узел». 10. Упражнение «Серебряная кобра» 11. Упражнение «Счёт до десяти» 12. Создание облака слов «Команда» 13. Упражнение «Солнышко и тучки» 14. Обсуждение облака слова 15. Рефлексия
2	«Креативность мышления как профессиональная способность педагога. Процесс латерального мышления».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с концепцией латерального мышления 2. Выявление и помощь в реализации творческого потенциала участников тренинга; 3. Повышение уровня педагогической компетенции в вопросе развития собственной креативности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Что возьмешь на пикник?» 2. Латеральное мышление. 3. Упражнение «Друдлы» 4. Упражнение «Придумать название и описание». 5. Упражнение «Творческие ежедневники» 6. Упражнение «Сумасшедший архитектор» 7. Рефлексия. 8. Выдача памяток «Латеральное мышление». 9. Рефлексия

3	«Психосоматика. Я и мое тело»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с понятием психосоматики и психологическими механизмами формирования болезней. 2. Обучение конструктивным способам выражения эмоций. 3. Эмоционально-психологическое сближение участников коллектива. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение-разминка. 3. Беседа «Что такое психосоматика?». 4. Беседа «Классификация» 5. Беседа «Комплексное лечение психосоматических заболеваний» 6. Беседа «Профилактика психосоматических расстройств» 7. Упражнение «Точка-точка запятая» 8. Просмотр видео. 9. Список литературы 10. Рефлексия
4	«Сила слова. Словесные директивы».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с распространенными видами словесных директив, негативно влияющих на личность ребенка. 2. Обучение рефлексивному отношению к использованию директив в собственном общении с детьми. 3. Закрепление навыков общения без использования словесных директив с помощью анализа и проигрывания ролевых ситуаций. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступительная часть. 2. Мини-лекция «Что и, как и мы говорим нашим детям». 3. Упражнение «Директивы» 4. Беседа на тему: «Я-высказывание» и его преимущества 5. Упражнение «Я-сообщение» в действии! 6. Рефлексия
5	Целеполагание. Постановка и достижение целей. Мастерская моей мечты.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с основами продуктивного целеполагания. 2. Обучение механизмам постановки целей. 3. Визуализация и осознание собственных целей посредством методики «Лестница достижений». 4. Определение основных жизненных целей и ценностей, расстановка приоритетов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступительная часть 2. Беседа на тему: «Цели, желания, мечты». 3. Беседа на тему: «Поставка целей. Технология SMART» 4. Упражнение «Календарь жизни» 5. Притча «Притча все в твоих руках!» 6. Заключительная часть 7. Рефлексия
6	«Самооценка как важнейшая составляющая личности. Синдром «Выученной беспомощности».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с понятием самооценки и механизмами ее формирования. 2. Способствовать формированию позитивного принятия себя. 3. Способствовать эмоционально-психологическому сближению участников коллектива. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упражнение «О ком вы заботитесь?» 3. Беседа «Самооценка как важнейшая составляющая личности». 4. Беседа «Факторы, влияющие на самооценку» 5. Упражнение «Салфетка»

			6. Упражнение «Похвалилки». 7. Беседа «Выученная беспомощность» 8. Просмотр видео. 9. Тест «Моя самооценка». 10. Упражнение «Шкатулка» 11. Рефлексия
7	«Как и сказать «Нет» и не создать конфликт».	1. Формирование умений противостояния попыткам манипулирования и способности к самостоятельному выбору; 2. Знакомство с неотъемлемыми правами личности и навыками уверенного поведения через умение отказывать	1. Вступительная часть. 2. Мини-лекция «Мифы, по которым НЕ принято говорить «НЕТ» 3. Беседа на тему: «Приемы, которые помогают отказывать». 4. Упражнение «Скажи НЕТ!» 5. Рефлексия
8	«Имидж педагога. Компоненты, составляющие понятие «имидж» педагога».	1. Ознакомление с понятием имиджа педагога и его основными компонентами. 2. Тренировка навыков самопрезентации.	1. Приветствие 2. Упражнение-разминка 3. Беседа: «Профессионально значимые качества педагога» 4. Упражнение «Речь педагога» 5. Упражнение «Педагогическая этика». 6. Игра «Внешний образ педагога». 7. Рефлексия
9	Подведение итогов работы,.	1. Подведение итогов работы участников педагогической мастерской, обобщение педагогического опыта. 2. Создание итогового продукта педагогов и сотрудников. 3. Презентация продукта.	1. Разработка проекта продукта «Советы ПРО...» 2. Оформление и презентация продукта.

Список литературы

1. Агеева И.А. «Успешный учитель: тренингов и коррекционные программы», СПб.: Речь 2007.
2. Азбука безопасного общения и поведения: И. А. Лыкова, В. А. Шипунова. – Москва, Цветной мир, 2013 г.
3. Битянова Н.Р. Психология личностного роста – М., издательство «Международная педагогическая академия», 1995
4. Вачков И. В. Основы группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство «Ось-89», 2009. – 256 с.
5. Вачков И. В. Психологический тренинг как средство развития профессионального развития профессионального самосознания педагогов. // Школа здоровья, 1995 – 265 с.
6. Газета “Школьный психолог” №5–2002, №10–2006.
7. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребёнком. Как? – М.: АСТ: Астрель, 2007.
8. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребёнком. Так? – М.: АСТ: Астрель,
9. Детская практическая психология: Учебник / Под ред. проф. Т.Д. Марцинковской. — М.: Гардарики, 2003.
10. Культура общения и речевого поведения: Н. И. Формановская. – Москва, ИКАР, 2014 г.
11. Лаврентьева Т. Карабас – Барабас как позиция воспитателя //Обруч. № 3 , 2007 г. с. 13 – 15 4. Педагогика и психология: Е. Е. Кравцова – Москва, Форум, 2009 г.
12. Психологические основы педагогического общения: В. М. Целуйко. – Москва, Владос, 2007 г.- 296 с.
13. Психологические основы педагогического общения: В.М. Целуйко. – Санкт Петербург, Книга по Требованию, 2007 г. 296 с.
14. Рамендик Д. М. Тренинг личностного роста: учебное пособие / 2-е изд., испр. и доп. – М.: ФОРУМ, 2010. – 184 с

15. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. Т.2.
16. Риторика и теория коммуникации. Виды, стили и тактики речевого общения: В. П. Москвин – Москва, Либроком, 2014 г.
17. Стишенок И. В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей. СПб.: Речь, 2006
18. Семёнова Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога. Учебное пособие. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 224с.