

Тренинг по профилактике и коррекции профессиональной деструкции педагогов.

В целях деформации личности целесообразно проводить с педагогами занятия, тренинги, семинары.

В ходе таких мероприятий у педагогов появляется возможность неформально пообщаться с коллегами, что позволяет ближе узнать друг друга. Обменяться опытом по любым вопросам, приобрести навыки взаимной поддержки в трудных ситуациях, а также решить проблемы совместными усилиями. Развивать способности прислушиваться к мнению других коллег, учиться здоровой самокритике, прислушиваться к себе, чтобы находить причины внутренних и внешних конфликтов, а также обретать внутренние ресурсы для дальнейшей полноценной жизни и работы.

Упражнение для профилактики деформаций личности.

№1 Упражнение-разогрев «Счет глазами» (5 мин.)

Цель: включение в работу, тренировка внимания, снятие накопившегося напряжения, сплочение, создание ощущения доверия и принятия в группе.

Инструкция: ведущий выбирает глазами того, кому он передает дальнейшее ведение счета и, глядя на него, говорит «один», тот выбирает глазами следующего и т.д.

№ 2 Упражнение «Вездеход». (10-15 мин.)

Цель: создание атмосферы эмоциональной свободы, открытости, дружелюбия, помочь участникам в том, чтобы лучше узнать друг друга, сократить дистанцию в общении.

Инструкция: А теперь мы разомнемся, отвлечемся от раздумий. Выполним упражнение, которое помогает отработать переключение внимания, стимулирует мобильность, запускает спонтанность и творческое мышление.

Мы будем передвигаться по залу в довольно быстром темпе, внимательно прислушиваясь к заданиям ведущего. Каждый из вас, услышав новую информацию, в кратчайший срок анализирует ее и меняет свои действия в зависимости от условий игры, изображает то о чем идет речь. Построиться к новым обстоятельствам нужно быстро, без разговоров и обсуждений. Итак, начали!

«Идем через лес, Птицы щебечут, бабочки порхают, высокая трава на опушке... Крапива больно стягивает по голым ногам... Комары заели. А все потому что попали в болот. Только страшно. Противно. Сумерки сгущаются...

Снежное поле, пронизывающий зимний ветер... И пули свистят над головой. Еще и еще! Где бы укрыться? В окоп! Нет, это не окоп! Это пруд с приятной, освежающей и очень чистой водой, но очень холодной, градусов 8-10. Выбираемся

на берег и попадаем в окружении пауков.. паутина липнет к лицу, цыпляется к волосам...Ею заполнено пространство.. Нет показалось!

Идем через цитрусовый сад. На деревьях зреют фрукты! Сорвем один... Вдохнем чудо аромат упругой кожицы, очистим возьмем в рот освежающую дольку. Ой кисло то как! Ух, как кисло!.

Берег моря, закат, идем по кромке воды... (возвращаются на место).

№3 «Пчелы и змеи».

Цель: Способствовать позитивным взаимодействиям, взаимопониманию, повысить групповую сплоченность, улучшить эмоциональное состояние.

Инструкция: Разбиваемся на две группы «пчелы» и «змеи». Одна группа займет место у окна другая у противоположной стены. В каждой группе выбирается король. Оба короля выходят из зала и ждут, когда их позовут. Я спрячу два предмета, которые короли должны отыскать. Король пчел ищет цветок. Король змей ящерицу. Команды должны помогать своим королям. Каждая группа может делать это, издавая определенный звук пчелы- жужжать, змеи -шипеть. И чем ближе король к добыче, тем сильнее должно быть жужжание и шипение. Помните. Что во время игры вы не должны разговаривать.

№ 4. «Сердце коллектива».

Цель: повышение уровня групповой сплоченности, принятие в группе, улучшить эмоциональное состояние педагогов.

Инструкция: И на последок, очень хочется мы сделали друг другу что-нибудь приятное. Я предлагаю сделать сердце нашего коллектива. Для этого напишите на листочке ваше имя, сложите его и опустите в мою корзину, это нужно для того, что чтобы кто-то вытянул жребий с чьим-нибудь именем . Я принесла большое сердце, которое и станет сердцем нашего коллектива. А для вас я приготовила во такие маленькие сердечки. Сейчас вы вытяните листочек с счьим –то именем, и на маленьком сердечке напишите доброе пожелание для этого человека. Маленькое сердце мы приклеим на наше большое сердце.

Вот на таком позитиве хочется закончить наше занятие, большое всем спасибо. Удачи.