

МБДОУ ОВ Д\С № 42 МО Северский район

Тренинг

Тема: «Новогодние посиделки с психологом»

Дата проведения: 27.12.2022г

Выступление подготовила:
педагог-психолога Мачехина Я.М.

Ст .Северская, 2022год

Цель: помочь педагогам осознать ресурсы, которые необходимы им, чтобы поддерживать оптимальный уровень психической энергии.

Оборудование:

- новогодняя игрушка;
- карточки с изображением сказочных персонажей («Волшебный сундучок: сказочные герои» (Автор: Ирина Васильева));
- карточки с изображением сказочных волшебных предметов («Волшебный сундучок: чудесные предметы» (Автор: Ирина Васильева));
- плакат с изображением новогодней ёлочки;
- вырезанные новогодние шары с написанной на них буквой из алфавита.

Ход тренинга.

1. Вступительное слово педагога-психолога.

Здравствуйте уважаемые коллеги! Приближается Новый год! Это тот праздник, который все мы с нетерпением ждём, ожидая от него чудес и волшебства. А, что для вас Новый год? Давайте, передадим по кругу новогоднюю игрушку и поделимся, что для вас значит новый год (*педагоги делятся*). Завершу наш круг я и для меня Новый год – это возможность красиво нарядиться. Поэтому я предлагаю нам стать участниками новогоднего маскарада.

2. Упражнение «Мой герой»

Цель: презентация себя.

Оборудование: карточки с изображением сказочных персонажей («Волшебный сундучок: сказочные герои» (Автор: Ирина Васильева)).

Описание: карточки со сказочными персонажами раскладываются на столе в произвольном порядке лицевой стороной вверх. Участникам предлагается выбрать по одной карте. Затем педагоги по очереди выступают от имени своего сказочного героя и что-то рассказывают о себе.

Текст психолога: коллеги, я разложила на столе карточки с изображением сказочных персонажей. Подойдите к столу, внимательно посмотрите на них и возьмите ту, которая откликается вам прямо сейчас. Когда вы выберете карточку, возвращайтесь в круг. А теперь я попрошу вас рассказать что-то о себе от имени героя.

3. Упражнение «Волшебный предмет»

Цель: осознание педагогами своих ресурсов.

Оборудование: карточки с изображением сказочных волшебных предметов («Волшебный сундучок: чудесные предметы») (Автор: Ирина Васильева).

Описание: карточки с изображением волшебных предметов раскладываются на столе в произвольном порядке лицевой стороной вверх. Участникам предлагается выбрать по одной карте. Затем педагоги по очереди рассказывают о своём предмете:

- Что это за предмет?
- В чём его сила?
- Каким образом он делает вашего персонажа счастливым?
- Хотели бы вы в жизни иметь такой предмет?

После ответа на эти вопросы психолог предлагает педагогам ответить ещё на один вопрос:

- Что в вашей жизни у является альтернативой волшебному предмету?

Текст психолога: в сказках всегда есть какой-то волшебный предмет. В детстве многие мечтали иметь такой волшебный предмет. Сейчас у вас появится уникальная возможность выбрать волшебный предмет, который будет помогать вашему герою. Я предлагаю вам подойти к столу и выбрать карточку с изображением такого волшебного предмета. Расскажите о том предмете, который выбрали. В чем его сила? Каким образом он делает ваш персонаж счастливым? Хотели бы вы в жизни иметь такой волшебный предмет? *(Педагоги дают свои ответы.)* А, что в жизни у является альтернативой вашему волшебному предмету? *(Педагоги дают свои ответы.)*

4. Упражнение «Новогодняя ёлка»

Цель: повышение общего позитивного эмоционального тонуса.

Оборудование: плакат с изображением новогодней ёлочки, вырезанные новогодние шары с написанной на них буквой из алфавита.

Описание: перед педагогами раскладываются, вырезанные из цветной бумаги новогодние игрушки в виде шаров. На одной стороне шара написана буква. Шары кладутся таким образом, чтобы буква не была видна участникам. Затем каждый педагог берёт один шар и его задача сказать новогоднее пожелание, которое должно

начинаться на ту букву, которая написана на шаре и прикрепит свою новогоднюю игрушку к ёлке *(можно на одну из сторон игрушки прикрепить кусочек двойного скотча, чтобы быстрее и легче можно было прикреплять игрушки на ёлочку)*.

Текст психолога: наш новогодний маскарад подходит к концу. Я предлагаю нам по традиции украсить новогоднюю ёлку. Украшать мы её будем своими пожеланиями. Перед вами ёлочные игрушки. Возьмите себе по одной *(педагоги выполняют)*. На обратной стороне написана буква алфавита. Ваша задача произнести пожелание, которое начинается на эту букву и прикрепить свой шарик на ёлочку *(педагоги выполняют)*.

5. Заключительные слова педагога-психолога.

Коллеги, у нас получилась замечательная ёлочка. Я желаю всем нам, чтобы всё, что мы сегодня пожелали друг другу обязательно исполнилось. А сейчас я приглашаю всех вас в тёплой дружеской атмосфере выпить чай с вкусняшками и немного пообщаться.

