# Плотникова Тамара Михайловна,

# педагог-психолог МБДОУ "ДСКВ № 42 "Планета детства",

# г. Юрга, Кемеровская область

# Мы – команда!

# Психологическая с элементами тренинга для педагогов

Цель: сплочение коллектива, усиление общего командного духа, принятие особенностей друг друга, получение навыков совместной работы, выработка общей стратегии.

Задачи:

- Создавать положительную атмосферу на протяжении мероприятия (объединение, атмосфера доверия; поощрение участников к совместной длительной работе, поддержка каждого из участников);

- Способствовать формированию модели эффективной команды

- Совершенствовать навыки снижения эмоционального напряжения; устранения барьеров.

**Приветствие:**

Добрый день, уважаемые коллеги. Двери нашей психологической гостиной вновь открыты перед Вами. Сегодня мы с вами попытаемся понять, что же такое тимбилдинг? А так же постараемся создать модель эффективной команды, усилить командный дух, принять особенности друг друга, получить навыки совместной работы и научиться приемам выработки общей стратегии!

**Актуализация темы тренинга**

**Тимбилдинг** (англ. Team building - построение команды), или командообразование. Идею тимбилдинга приписывают японцам, но каждый из нас может вспомнить одни из первых его проявлений с детства на элементарном примере-перетягивание каната.

В наше время тимбилдинг является одной из перспективных моделей корпоративного управления, обеспечивает полноценное развитие коллектива, и является одним из наиболее эффективных инструментов управления персоналом.

**Упражнение «Играем по правилам» (2 мин)**

Цель: ознакомление участников групп с правилами работы.

Группам предлагается принять некоторые правила поведения и общения во время занятия.

Правила занятия:

Уважать друг друга;

Проявлять активность;

Правило «одного микрофона» (все молчат, когда кто-то говорит)

Уважать говорящего и отведенное для тренинга время (не отходить от темы, соблюдать утвержденный регламент)

Я-высказывания (говорить только от своего имени: «Мне не нравится ..», «Я не могу ...», «Я не хотел бы ...» и т.п.);

Правило соблюдать правила.

**Упражнение «Скалолаз»**

**Описание упражнения**

Цель: Формирование доверия, стирание психологических и пространственных барьеров среди всех участников этого упражнения.

При выполнении упражнения развиваются навыки невербальной коммуникации (общение посредством мимики и жестов, то есть без помощи слов) и координации совместных движений. Разминка как эмоциональная, так и физическая.

Участники образуют плотную шеренгу, как бы создавая "скалу", из которой торчат выступы ("коряги"). Которые представляют собой выставленные вперед руки и ноги участников, склоненные вперед тела. Цель водящего - пройти как можно аккуратнее вдоль "скалы", не попав и не разбившись в "пропасти", т.е. поставив свою ногу за линию, образованную ступнями оставшихся участников. Водящий самостоятельно выбирает способ выполнения задачи. Переговариваться между собой нельзя. Порядок проведения упражнения можно организовать в форме цепочки. После того, как водящий пройдет участника в начале "скалы", тот перебирается в конец цепочки, удлиняя ее. Упражнение выполняется до тех пор, пока каждый участник не побудет в роли водящего. Водящий становиться частью "скалы" после того, как "разобьётся" в пропасти.

Обсуждение упражнения

Участники обмениваются эмоциями, возникающими во время игры. Какие чувства возникали у водящих и у "скалы" при игре? Какие навыки приобрел каждый участник при выполнение упражнения? Что мешало, а что помогало справляться с поставленной задачей? С какими трудностями при выполнение упражнения сталкивался каждый из участников?

**Упражнение «Секрет дамской сумочки» (3 мин)**

Цель: сплочение группы, создать атмосферу доверия.

Участникам предлагается представить себя от имени любой вещи, которая находится обычно в его сумочке.

Психолог:

«Жизнь - театр, люди в нем - актеры». Человеческие отношения в любой деятельности, от детской игры до взрослого труда; в разных кругах общения - семья, друзья, коллеги; во всех жизненных сферах - образование, спорт, наука, искусство - всегда ролевые. Командные отношения - не исключение. Ролевой водоворот захватывает каждого, вызывая вопрос: кто кем управляет - мы своими ролями, или они нами?

**Информационное сообщение «Командные роли» (5 мин)**

Цель: проинформировать участников о командных ролях по Р. М. Белбин (доктор психологических наук).

Участники получают информацию о командных ролях, определенных Мередит Белбин и знакомятся с результатами предыдущего исследования.

Мередит Белбин определил, что для успеха, команде нужны актеры, которые способны играть три типа ролей: думать, действовать и управлять. Набор командных ролей по М. Белбин предусматривает в своем составе роли:

(На основании исследований Рэймонд Мередит Белбин выделил 8 типов ролей, которые исполняет человек в зависимости от личных особенностей и качеств:  Председатель, Формирователь, Мыслитель, Исполнитель, Разведчик, Оценщик, Коллективист, Доводчик.

Источник: <https://psycabi.net/testy/674-test-r-m-belbina-komandnye-roli-klassifikatsiya-rolej-v-gruppe>)

«Ведущего», что распределяет задачи, делегирует полномочия, несет ответственность за работу команды;

«Мотиватора», который является инициатором различных мероприятий, в том числе, способный оторвать команду от рутины и сориентировать в более продуктивный темп;

«Контролера», задачей которого является уберечь команду от возможных ошибок и достичь лучшего результата из всех возможных;

«Генератора идей», который инициирует новые проекты, пути развития поставленных задач;

«Реализатора», который воплощает идеи в жизнь;

«Аналитика», что оценивает конкурирующие предложения, и предусматривает дальнейший ход развития событий;

«Исполнителя», который превращает планы в действия;

«Исследователя ресурсов», задачей которого является поиск новых идей и ресурсов, налаживание нужных контактов, ведение переговоров.

Психолог:

Так, наличие, баланс всех ролей является обязательным условием командного успеха. А как будет работать наша группа, мы сейчас увидим, и я предлагаю каждой из групп создать свой городок.

**Проективный тест «История развития вашей группы» (10 мин)**

Цель: развитие чувства «мы», групповой сплоченности, закрепление навыков взаимодействия в команде.

Инструкция: «На столе перед вами находится лист ватмана и фломастеры. Каждому участнику группы нужно на нем нарисовать дом, в котором он хотел бы жить. Во исполнение этой задачи вам предоставляется 3 минуты.

Время быстро закончилось, и я предлагаю вам перейти ко второй части этого упражнения. Посмотрите внимательно на рисунок и найдите три дома, наиболее вам понравившиеся, а затем пририсуйте к ним тропинки (1 мин). Следующая задача к этому упражнению - вам нужно дорисовать в вашем городе все, что необходимо для жизни в нем (1 мин). И последнее задание - дать название городку вашей группы и представить его (5 мин).

Вопросы для обсуждения:

- Понравилось ли вам это упражнение?

- Что было самым сложным?

- Что больше всего понравилось?

**Игра-разминка «Ковер-самолет» (3 мин)**

Цель:  развить групповую сплоченность не только с помощью физического контакта, но и за счет поиска и реализации группового решения.

Инструкция: участники двух групп приглашаются на ковер, лежащий наизнанку. Задача - не сходя с ковра перевернуть его на обратную сторону. Но есть одно правило, участники не общаются между собой!

Через некоторое время запрет на общение снимается. Если группа не может выполнить задание можно предложить обратиться к определенным командным ролям и найти решение.

Вопросы для обсуждения

- Что помогало вам понять друг друга, когда нельзя было говорить?

- Легче стало, когда этот запрет был снят?

Психолог:

Чтобы достичь успеха в командной работе - нужно не только работать, но и уметь общаться, вербально или невербально. Важно уметь слышать друг друга!

**Упражнение «Групповая дискуссия» (5 мин)**

Цель: выяснить в дискуссионной форме основные отличия группы и команды; развить умение понимать друг друга, работать в команде, идти на компромисс.

Психолог:

Действительно, командная деятельность невозможна без активного общения и взаимодействия. Решение общих задач требует от участников единства, сплоченности, согласования действий, координации решений. Командные отношения - это всегда своеобразное сотворчество, когда мысли одного обогащаются за счет их переосмысления другими. Обсуждение, критика, новые взгляды и свежие точки зрения - тот золотой фонд, которым владеет команда и которого не имеют одиночки.

Отношения взаимозависимости и взаимодействия является отличительным признаком команды. Так называемый эффект синергии - это результат эффективного взаимодействия между членами команды на основе общих стремлений и ценностей. Он приводит к тому, что суммарное усилие команды намного превышает сумму усилий ее отдельных членов.

**Упражнение «Волшебная лампа» (3 мин)**

Все участники становятся в круг и по очереди передают лампу друг другу и выражают свои пожелания. Инструкция: «Представьте себе, что ваша команда находит старую лампу, потирая ее, появляется волшебный джин. Теперь каждая группа может загадать желание. Но есть один момент, так как лампу вы нашли вместе со своей командой, то и желание касается вашей работы.

Итог. Обсуждение результатов