**Тренинг для воспитателей "Эмоционально-положительное отношение к детям. Развитие эмпатии"**

|  |  |
| --- | --- |
| 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. Характер группы: закрытая. Принцип отбора. В тренинге принимали участие 8 воспитателей в возрасте от 25 до 60 лет. В основном люди участвовали в тренинге ради интереса, хотелось пообщаться с коллегами, разобраться в проблемах профессионального характера, получить эмоциональную разрядку. Диагностика не нужна. 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:  Сосредоточьтесьϖ на всем, что другой сообщает как вербально, так и на всех проявлениях его эмоций.  На первыхϖ 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.  В своих ответах пользуйтесь языком, которыйϖ будет понятен другому.  Используйте эмоциональный тон похожий на тот, который характерен дляϖ другого.  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.  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 знакомятс Для налаживания контакта мжду 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:  спасательный жилет; сигнальные ракеты; полфунта табака;  два галонаϖ пресной воды;  коробок спичек;  три буханки хлеба;  спасательная шлюлка; столовые приборы; два килограмма рисовой крупы; четыре килограмма ветчины;  набор столярныхϖ инструментов; свисток;  четыреϖ меховые куртки; 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. Основная часть начинается с построения модели профессиональной ситуации. Для проигрывания психолог предлагает группе проблему. В детский сад была переведена девочка из другого сада. Девочка очень сообразительная, но очень беспокойная, не могла сидеть на занятии: через 5-10 минут ей становилось скучно, она начинала мешать детям и воспитателю, могла встать из-за стола и гулять по группе без разрешения, называла воспитательницу на «ты». В развитии Оля отставала от своих сверстников, но воспитательница не желала с этим мириться. Мать Оли была лишена родительских прав, так как болела хроническим алкоголизмом, поэтому Оля жила с бабушкой. Рабочий день начался как обычно. И вдруг все услышали как воспитательница закричала: « Девочка сейчас погибнет!» Другие воспитатели выбежали из групп и увидели такую картину: Оля висит на руках между лестницами и кричит: « Сейчас упаду, а тебя и заведующую посадят в тюрьму!»( и еще девочка кричала что-то непонятное). Воспитательница, не отрываясь, смотрела на Олю и кричала на девочку, требуя, чтобы та немедленно выбралась обратно на лестничную площадку. Группа садится амфитеатром, и на импровизированной сцене один из воспитателей играет девочку, а другой- ее воспитательницу. После проигрывания начинается общее обсуждение. Члены группы вспоминают из своей практики аналогичные случаи..С этой целью можно предложить упражнение « Мой самый трудный ребенок». **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. При обсуждении «Что нужно делать» в проигранной ситуации , группа приходит к выводу, что ни в коем случае воспитатель не имел права переходить на крик, она должна была разговаривать с девочкой как можно более спокойным голосом. При этом не столько важны сами слова, обращенные к девочке, сколько интонация, с которой они произнесены. Так же при решении конфликта существенную роль играет личность воспитателя и сложившееся у девочки мнение о ней. 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 почуствовать. После выполнения упражнений группа возвращается к проблемной ситуации, предложенной психологом в начале основного этапа тренинга, При групповом обсуждении воспитатели находят новые способы и приемы, которые можно было использовать для решения поставленной психологом проблемы.Наиболее удачные из них психолог предлагает для проигрывания ситуации "Как надо делать”.Например, в то время , пока ребенок висит на руках и угрожает своим падением, воспитательница принимает решение: "Отпусти руки и падай ", - как можно спокойнее и безразличнее говорит она. Девочка, не ожидая такой реакции, крепче вцепившись руками в перила, уже спокойнее говорит: "А тебя посадят в тюрьму "Воспитатель отвечает: "А это уже не твое дело!” Девочка подтягивается и встает на ноги. Позднее она признается, что хотела напугать воспитательницу и заведующую, так как в прежней школе заведующая ее боялась, когда она вела себя подобным образом. После этого члены группы обсуждают, насколько успешно были реализованы найденные группой новые профессиональные средства., так как в прежней школе заведующая ее боялась, когда она вела себя подобным образом. После этого члены группы обсуждают, насколько успешно были реализованы найденные группой новые профессиональные средства. 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. Анализ проведенного тренинга. Тренинг вызвал положительные эмоции. Воспитатели с удовольствием выполняли предложенные упражнения и благодарили за эмоциональный отдых. Завершив работу. Группа еще раз убедилась, что в отношениях с детьми нужно действовать, используя лишь позитивные установки, стремиться к педагогической рефлексии, эмпатии. Сила педагога в любви к детям, желании им добра, признании и уважении личности воспитанника, в способствовании свободному развитию и совершенствованию его душевного мира. Воспитатель сам должен быть постоянно развивающейся и совершенствующейся личностью, ибо личность воспитывается личностью. К таким выводам пришли педагоги после обсуждения проблемы, поставленной на тренинге. Также хотелось бы отметить интерес воспитателей к проблеме эмоционально- положительного отношения к детям. Активно обсуждали проблему, поставленную в данном тренинге, приводили многочисленные примеры из собственного опыта, делали выводы по поставленной проблеме. Воспитатели охотно принимали участие в инсценировках. Во время тренинга присутствовала доброжелательная атмосфера.  |  |
|  |
|  |
|  |