**Тренинг для педагогов специальной (коррекционной) школы – интерната**

**«Я тебя понимаю…»**

**Цель:**

-Сплочение коллектива

-Релаксация для педагогов школы

-Развитие умения сотрудничать

-Умение разрешать конфликты

-Приобретение навыков конструктивного сотрудничества с учениками и коллегами.

-Обучение основам взаимодействия с трудными детьми

-Знакомство с индивидуальными психологическими и возрастными особенностями учащихся.

-Развитие эмпатии и собственной индивидуальности

ДЕНЬ ПЕРВЫЙ

Тренер знакомит участников с правилами тренинга.

**Вступительное слово психолога-тренера:**

Сегодня мы поговорим с Вами о психологическом климате коллектива, а так же о важности сплочённости коллектива. Психологический климат - это межличностные отношения, типичные для трудового коллектива, которые определяют его основное настроение. В одном климате растение может расцвести, в другом — зачахнуть. То же самое можно сказать и о психологическом климате: в одних условиях люди чувствуют себя некомфортно, стремятся покинуть коллектив, проводят в нем меньше времени, их личностный рост замедляется, в других — коллектив функционирует оптимально и его члены получают возможность максимально полно реализовать свой потенциал. Строительство психологического климата, сплоченности коллектива – это важнейшее дело не только администрации, но и каждого члена коллектива. Климат называют благоприятным, если в коллективе царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверия и требовательности. Если члены коллектива готовы к работе, проявляют творчество и достигают высокого качества, работая без контроля и неся ответственность за дело. Если в коллективе каждый защищён, чувствует причастность ко всему происходящему и активно вступает в общение. Итак приступим. Тренинг рассчитан на 3 дня, будет проводится в течение каникул.

**Приветствие.**

**Упражнение «Здравствуйте»**

Это традиционное приветствие, которое участники произносят в начале каждого занятия. В этот раз участникам предлагается назвать своё имя( или наиболее удобное имя для него) и назвать два качества, которые отличают его от других людей (неважно плохие или хорошие), если участник затрудняется назвать качество характера , можно предложить ему назвать отличительные черты лица или фигуры. Упражнение выполняется по кругу, с передачей «талисмана».

**Упражнение «Гипнотический мяч».**

Все сидят в круге.Нужно кидать мяч друг другу, предварительно «договорившись» взглядом . Задача – поймать взгляд партнёра и не уронить мяча на пол.

**Упражнение « Я умею хорошо…!»**

Задание: получив в руку талисман необходимо сказать о себе « У меня лучше всего получается…», «Я многим нравлюсь, потому что…», «Я умею хорошо…». Если участник испытывает затруднения – помогают члены команды (именно коллеги должны похвалить этого участника за что – то).

**Упражнение «Пум – пум»**

*Цель: развитие наблюдательности, отработка навыка задавания открытых вопросов.*

Ведущий или один из участников группы задумывает какую – то деталь внешности (или поведения), которая есть у одних игроков, но отсутствует у других. Например, пуговицы на одежде или рука в кармане. Любая деталь задуманная будет называться «пум – пум». Ведущий подходит по кругу к каждому учащемуся и тот спрашивает: «Саша, у меня есть пум – пум?. Ведущий подтверждает или отрицает наличие пум – пума у каждого игрока. Все участники пытаются отгадать, что такое пум – пум. Первые 2 – 3 пум – пума могут быть простыми, «внешними», например, наличие пиджака или серёжек. В дальнейшем можно усложнять задание, пум – пумом может стать цвет глаз и даже присутствие улыбки на лице игрока в момент общения с ведущим.

**Упражнение «Школа без неудачников»**

*Цель: сплочение группы, представление проблемы в позитивном ключе.*

Тренер делит группу на 4 команды: учителя, ученики, родители, администрация. Каждая команда обсуждает, какая школа на их взгляд, может оказаться идеальной и максимально удовлетворяющей потребностям детей, педагогов и родителей. Затем выполняется рисунок «Идеальная школа». Затем команды представляют свои работы всей группе. После этого все участники на большом листе ватмана создают общую картину «Школа без неудачников».

**Упражнение «Рисуем кошку вслепую»**

Совместная работа в парах, отработка умения соподчинять свои интересы с возможностями партнёра. Группа делится на пары. Один в паре – учитель, другой – ученик. Тренер даёт отдельную инструкцию учителям, так, чтобы не слышали ученики, которые должны провести урок рисования на заданную тему. Каждому ученику выдаётся лист бумаги и карандаш. Закрыв глаза и слушая инструкцию учителя, каждый ученик выполняет рисунок под диктовку, не зная конечной цели своей работы. Учителя не говорят заранее, что должно получиться. Когда рисунки будут закончены, ученики открывают глаза и обсуждают со своим учителем результаты выполнения упражнения.

Затем по кругу обсуждаются трудности возникшие у учеников и учителей. ( тема может быть любой, например «кошка».

**Прощание**

Проводится анализ занятия. Делимся впечатлениями о занятии.

- Что понравилось?

- Что хотели бы изменить?

- Как оцените наше занятие: выкиньте на счёт 3 столько пальцев ( по пятибалльной шкале) на сколько оцениваете наше сегодняшнее занятие.

*ДЕНЬ ВТОРОЙ*

**Приветствие. Игра «Здравствуй, Саша!»**

*Цель приветствия – установление комфортной атмосферы, эмоциональный заряд.*

Ведущий предлагает поздороваться, но при этом побывать в «шкуре» детей и называть друг друга по именам.

Ведущий задаёт вопрос одному из присутствующих: «Саша, с кем бы ты хотел поздороваться?» Саша называет двух человек из группы , но ими не могут быть соседи слева и справа от Саши. Эти названные люди меняются местами с соседями Саши. Саша громко приветствует названных людей: «Здравствуйте, Маша и Рита!» Так опрашиваются участники до тех пор, пока не останется человека, с которым бы не поздоровались.

**Упражнение «Небо хмурое, утро раннее»**

*Цель: создание комфортной психологической атмосферы в группе.*

Все участники сидят в кругу. Тренер бросает небольшой мяч одному из них, произнося при этом любое существительное, например «небо». Участник должен поймать мяч и быстро ответить назвав любое прилагательное, которое ассоциируется у него со словом «небо»(например, серое, хмурое, синее), затем он перекидывает мяч другому игроку, называя любое существительное. Продолжительность игры определяется участниками.

**Упражнение «Международный симпозиум»**

*Цель: повышение мотивации участников тренинга к обучению, выявление интересов слушателей.*

Каждому участнику выдаётся бланк анкеты с 5 – 6 вопросами. Участники отвечают на вопросы анкеты в течение 3 – 7 минут., после этого ведущий даёт инструкцию: «Сейчас ваша задача состоит в том, чтобы по результатам анкетирования объединиться в команды единомышленников. По какому принципу вы будете объединяться и сколько будет сформировано команд – решать вам» На выполнение этого этапа отводится от 5 до 15 минут ( в зависимости от активности участников).

После того, как команды сформировались, даётся следующее задание: «Представьте, что вы готовитесь к выступлению на международном симпозиуме, посвящённом проблемам развития и воспитания детей с интеллектуальной недостаточностью. Задача каждой команды сформулировать и обосновать 2-3 главных направления воспитания и развития таких детей. Кроме того, основные взгляды на проблему желательно отразить с помощью девиза и эмблемы команды». Затем проводится презентация каждой команды. Подводятся итоги выполнения упражнения.

***Вопросы анкеты:***

*1.Какие наказания для умственно – отсталых детей вы считаете наиболее эффективными?*

*2.Считаете ли вы, что за хорошую посещаемость уроков можно пообещать умственно 3.отсталому ребёнку награждение в конце года сладостями или грамотами?*

*4.Каково ваше мнение о предоставлении подросткам большей свободы?*

*5.Как вы считаете, с умственно – отсталым ребёнком нужно общаться на упрощённом языке или на «взрослом», таком же как общаются с детьми массовых школ?*

*6.С детьми какого возраста вы предпочитаете общаться и работать: начальные классы, среднее звено, старшеклассники?*

*7.С кем вам более интересно работать: с мальчиками или девочками?*

**Медитация «Поза покоя» и «Кинг Конг»**

Сесть наиболее комфортно, лучше ближе к краю стула, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить.

«Медленно дышим вдох- выдох. Наши глаза закрыты. Вдох – сжали колени и руки, выдох – расслабились.

Все умеют танцевать,

Прыгать, бегать, рисовать,

Но не все пока умеют

Расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая-

Очень лёгкая, простая,

Замедляется движенье,

Исчезает напряженье…

И становится понятно-

Расслабление приятно!

Согните руки в локтях и расположите их перед грудью, кисти рук не соприкасаются, глаза полузакрыты(положение рук напоминает огромную обезьяну). Дыхание спокойное и равномерное.

ФАЗА НАПРЯЖЕНИЯ

Сожмите пальцы рук в кулак, напрягаем мышцы рук, предплечья, плечи. Сжимаем кулаки так сильно, что мышцы рук начинают дрожать. Дышим спокойно и равномерно, напрягаем мышцы до боли.

ФАЗА РАССЛАБЛЕНИЯ

Расслабили мышцы. Руки свободно падают вниз. Все мышцы рук полностью расслаблены. Медленный вдох – выдох. Руки тяжёлые и тёплые. Медленно открываем глаза.

**Прощание (рефлексия занятия)**

Тренер говорит первые слова предложения, и участники по кругу заканчивают эти предложения своими фразами.

Например, «сегодня меня удивило…», «я не ожидал…», «было интересно узнать о..», «никогда не думала, что…», « я была настроена…», « мне с трудом удалось…», « я задумалась о…», « впервые слышу о…», « не понравилось…», « мои ожидания от тренинга…», « труднее всего было…», « легко получилось…», « Занятно было услышать…», «не согласна с …», « совершенно согласен с…», « заинтересовало…», « вызвало чувство неприязни…», « если бы я была на месте учеников нашей школы…», « в начале тренинга…».

*ДЕНЬ ТРЕТИЙ*

**Приветствие**

Каждый участник, по кругу, держа в руках мяч, говорит, что , по его мнению объединяет нашу тренинговую группу педагогов и на что она похожа.

**Упражнение « Самые нужные качества»**

*Цель: Дать возможность участникам поразмышлять над проблемами, волнующими многих педагогов.*

Упражнение проводится в подгруппах. В течение нескольких минут каждая подгруппа пытается выделить по 2-3 качества, необходимые взрослому для успешного взаимодействия с умственно отсталым ребёнком любого возраста. Эти качества необходимо представить в виде психологической скульптуры – без слов, а только с помощью невербальных средств общения. В создании скульптуры участие принимает вся команда. Остальные группы отгадывают, какое качество отражено в скульптуре. После того, как все подгруппы представят свои творческие работы, проводится обсуждение в кругу. Тренер предлагает высказать своё согласие и несогласие по поводу выбранных качеств.

##### **Упражнение «Молекулы»**

Участники двигаются по территории кабинета в различных направлениях, они - атомы. По команде ведущего участники разбиваются на группы по заданному ведущим количеству человек ( например, встать по трое, по четверо)

###### Упражнение «Рисунок твоего настроения»

Участники в течение 2 минут рисуют своё наст

роение, затем по хлопку ведущего по часовой стрелке обмениваются рисунками через каждые 20 – 30 секунд. После окончания проводится рефлексия этого упражнения и занятия в целом.

**Упражнение «Рассказ»**

**Инструкция:**

Возьмите , пожалуйста листочки и ручки и напишите на них свои имена и фамилии. Теперь сложите их в этот мешок и перемешайте. Сейчас каждый из вас вытащит по одному листочку, и о человеке , чьё имя написано на листочке, нужно коротко рассказать, о его внутренних качествах и особенностях.

(Это упражнение можно проводить и в письменном виде – анонимно, а затем прочитать их и угадать о ком написано)

**Анализ:**

* Сложно было составить рассказ?
* Что удивило?
* Что очень точно было отражено в рассказе?

**Прощание (Упражнение «Подарок»)**

Участники не используя вербальные средства общения, дарят подарок на память соседу слева. Когда все участники закончат преподносить дары, сосед слева благодарит соседа справа за подарок и называет его. Подводятся итоги: кто лучше всех показал с помощью жестов свой подарок.

Залогом успешной работы психолога специальной (коррекционной) школы с педагогами, кроме тренингов, является многообразие применяемых форм и методов психологического сопровождения: консилиумы, организационно- деловые и ролевые игры, тренинги, лекции, семинары, дискуссии, открытый психологический анализ урока.

### Использованная литература:

1. Морева Н. А. Тренинг педагогического общения. Практическое пособие. М. 2009.- 78 с.

2. Стишенок  И. В. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост. Санкт-Петербург 2006. – 176 с.

3. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие. М., 2005. – 256 с.

4. Пособие для начинающего тренера, «Я хочу провести тренинг». Новосибирск, 2000. – 205 с.