Ю. В. Кириллова

Семинар-практикум для педагогов «Педагог и ребенок: барьеры в общении»

Художник П. А. Маклакова

Одна из первостепенных задач в работе современного педагога — формирование навыков эффективной коммуникации у ребенка, не допускающей грубости, бестактности, умение предотвратить проявление агрессии слова. Приемы взаимодействия с ребенком должны быть психологически эффективными:

— слушать и понимать ребенка;

— взаимодействовать с ребенком без борьбы;

— научиться самому и научить ребенка справляться со своими чувствами;

— побудить его на положительные поступки.

Компетентность в общении стала одной из главных составляющих высокого профессионального мастерства педагога.

С **целью** повышения социально-психологической компетентности педагогов и развития их способности эффективно взаимодействовать со своими воспитанниками был разработан семинар-практикум.

Задачи

Акцентировать внимание педагогов на неконструктивных способах педагогического общения с воспитанниками.

Показать значение индивидуального восприятия и его влияние на коммуникативный процесс.

Научить педагогов видеть проблемы своего поведения, препятствующие конструктивному взаимодействию с воспитанниками.

Способствовать улучшению коммуникации между педагогами.

Групповые занятия включали: диагностические приемы (преимущественно самоанализ), теоретические основы педагогического общения и практическую часть, направленную на выявление причин, препятствующих эффективной коммуникации между педагогами и детьми, определение необходимых условий и эффективных способов взаимодействия для преодолений барьеров в общении.

В процессе работы с педагогами были использованы активные методы:

— групповые дискуссии в форме анализа конкретных ситуаций, группового самоанализа;

— игровые методы — ролевые игры, невербальная психогимнастика;

— творческие задания;

— релаксационные и рисуночные техники;

— беседы, мини-лекции.

Занятия с педагогами проводятся одним блоком раз в неделю. Частота занятий может варьироваться — это зависит от возможностей участников. Продолжительность каждого занятия — 1—1,5 часа.

Занятие «Вербальные средства общения»

Цели: показать воспитателям, что неумение грамотно, четко и логично выстраивать фразы, нечеткое представление конечного результата планируемой совместной деятельности педагога и ребенка препятствуют достижению поставленной цели и эффективной коммуникации; выявить, какие условия нужно соблюдать, чтобы организовать эффективное взаимодействие в системе «педагог — ребенок».

Приветствие «Доброе слово»

Цели: настроить всех членов группы на тактичное отношение друг к другу; развивать умение слушать и слышать говорящего, обращать внимание на его манеру устанавливать контакт.

Участники садятся в большой круг. Каждый должен внимательно посмотреть на партнера, сидящего слева, и подумать, о том, какие слова сказать ему. Начинает любой из членов груп-

пы, который готов сказать приятные слова своему партнеру. Найдите для каждого человека нужные слова. Это будет небольшой проверкой, насколько вы доброжелательны друг к другу, умеете ли вы видеть хорошее в других и говорить об этом. Не забывайте о приятной и доброжелательной улыбке при общении с каждым членом группы. Во время высказываний остальные участники должны внимательно слушать своего коллегу. Тот участник, которому сказали несколько добрых слов, должен поблагодарить.

► **Упражнение «Незаконченное предложение»**

Цель — развивать умение самоанализа, осмысление качеств личности, навыков, умений, которые дают чувства внутренней уверенности или дискомфорта и помогают преодолеть психологические барьеры.

Материалы: средний по размеру конструктор «Lego», стол.

Каждый участник (по кругу) высказывается. Первый начинает со слов: «Педагогом быть хорошо, потому что...», второй — «Педагогом быть плохо, потому что...», чередуя «хорошо» и «плохо» по кругу.

Затем происходит обмен впечатлениями. Было ли что-то, что позволило взглянуть по-другому на роль педагога? Было ли что-то неожиданным? Было ли кому-то трудно найти хорошее/плохое?

Игра «Робот»

Цель — развить навыки внимательного отношения к собеседнику, выстраивая структуры фраз, а также навыки эмпатического понимания собеседника, проанализировать собственные ощущения и взаимоотношения с детьми в подобных ситуациях.

На столе из конструктора «Lego» создается игровое поле. Из числа педагогов выбирают двух «роботов» и одного «оператора». Задача «оператора» — с помощью своих «роботов» собрать постройку по замыслу. Для этого он подает «роботам» словесные команды, стремясь детально и точно управлять движениями их рук. Задача «роботов» — точно выполнять команды своего «оператора». Необходимо помнить, что «робот» лишен собственной воли, желаний и стремлений. Исход игры ему безразличен: он всего лишь послушный, безынициативный инструмент в руках «оператора». Когда постройка будет завершена, один из «роботов» меняется ролью с «оператором», игра повторяется. Каждый робот должен побывать в роли «оператора».

По окончании игры участники обсуждают полученные впечатления. Что помогло пониманию команд? Что мешало и становилось барьером общения? Что становится барьером в общении с детьми в подобных ситуациях?

Игра «Ручеек»

Цели: провокация переживаний, связанных с оцениванием; анализ эмоционального восприятия положительной и отрицательной оценок; найти и сформировать способы, удерживающие педагога и ребенка в контакте и помогающие преодолению барьера.

Материалы: карточки с фразами и словами (карточки педагоги заполнили самостоятельно за день до занятия).

Участники выстраиваются в две шеренги, становятся друг напротив друга, образуя коридор. Одной шеренге психолог раздает карточки с фразами и словами, которые обычно говорят ребенку, когда им довольны, другой — карточки со словами, когда ребенком недовольны.

Психолог дает инструкцию: «Сейчас я поведу по коридору человека с закрытыми глазами. По ходу движения вы должны будете шептать ему на ухо слова, которые написаны у вас на карточке. Говорить нужно одновременно в правое и левое ухо».

Психолог проводит каждого по коридору. При этом человек, который стоял в «хорошем» ряду, после прохождения встает в «плохой» и наоборот. Это даст возможность большинству участников побывать в роли хвалящего и ругающего.

Проводится обсуждение. Что вы чувствовали во время упражнения? Какие слова и фразы вызвали переживания? Как вы воспринимали «плохие» и «хорошие» слова? Как ваши мысли и переживания могут повлиять на общение с вашими воспитанниками?

► **Упражнение «Заросли»**

Цели: создать игровую атмосферу, настрой участников на экспериментирование с собственным поведением; снять шаблоны и привычные стереотипы повседневного общения, изменение среды общения, двигательно-пространственных стереотипов.

Группа изображает заросли, через которые должны пройти один или несколько участников.

► **Упражнение «Что я приобрел?»**

Цель — оценить результаты личной работы в группе, проанализировать, какой опыт приобрел каждый член группы.

Подумать и ответить на вопрос: «В чем состоит наиболее важный опыт, который я приобрел, работая сегодня в группе?»

Занятие «Общение как рефлексивный процесс»

Цели: отрабатывать навыки понимания окружающих людей, их внутреннего состояния; закреплять стиль доверительного общения и умения постоянного самоанализа; проанализировать значимость позитивного/негативного отношения к детям, характеристик и установок, даваемых воспитателем.

Приветствие «Мне приятно тебе сказать»

Приветствие друг с другом начинается с фразы «Здравствуй, мне приятно тебе сказать...» Участник вправе закончить фразу по своему усмотрению. Нужно постараться найти несколько теплых слов для каждого человека.

► **Упражнение «Ассоциации»**

Цель — описать участников группы в образах и метафорических сравнениях.

Каждый по кругу говорит одно слово, которое его как-то характеризует, — определение, ассоциацию. Если непонятно, можно попросить пояснить. (Вариант: участникам поочередно предлагается изобразить, кем он был бы, например растением, временем года, предметом.)

После того как все высказались, человек, о котором говорилось, рассказывает, как он понял эти ассоциации, какое значение они могут для него иметь в данном случае, какие качества они могут обозначать. Ведущий должен обратить внимание на то, какие ассоциации запомнил человек, какие им принимаются, а какие отвергаются.

Собранный материал дает возможность осознать свой образ. Ассоциации могут быть одной из успешных форм обратной связи. Они по мере возможности должны характеризовать человека в целом, включая характер, внешний вид и т. д. Ведущий должен активно стимулировать процесс ассоциирования. В результате каждый участник получает ассоциативно-образный портрет, ценность которого для самопознания трудно переоценить, ибо ассоциации отражают реакцию на человека других людей не только через разум, но больше через чувство, интуицию.

После завершения выполнения упражнения, описанного выше, психолог обращает внимание педагогов на то, как они характеризуют своих воспитанников. Эти характеристики не всегда имеют позитивную направленность, чаще негативную.

Беседа «Самооценка ребенка» [12]

Цели: информировать педагогов о некоторых причинах возникновения различных категорий самооценки у детей; проанализировать значимость позитивного/негативного отношения к детям, характеристик и установок, даваемых воспитателем.

Из случайно высказанных взрослыми фраз, действий по отношению к ребенку, одобрительных или осуждающих взглядов, мелких ситуаций или значительных событий у человека складывается о себе мнение как единственно верное, и он делает его своим. Специалисты указывают на очень раннее формирование самооценки — в 5—8 лет. Этот возраст связан с периодом самоосознавания и формирования структур, ответственных за нравственность. Проблема неприятия ребенка окружающими (родителями, педагогами и т. д.) отражается не только на самооценке, она становится почти универсальной причиной формирования неврозов и личностных нарушений. В случаях, когда и родитель, и окружающие ребенка люди относятся к нему жестоко, издеваются, обзывают, кричат, у детей включается механизм саморазрушения. Для того что бы ребенку выжить и стать полноценным человеком в такой ситуации, судьба посылает кого-то, кто может восполнить дефицит родительской любви. Носителем тепла, внимания, хорошего отношения, как раз может стать воспитатель.

► **Упражнение «Закончи предложение»**

Каждый педагог (по кругу) высказывается. Первый начинает со слов: «Мои слова для ребенка — это...»

► **Упражнение «Доверительное падение»**

Цель — приобрести опыт взаимного доверия между участниками группы.

Участники встают в круг очень близко друг к другу, выставляют вперед согнутые в локтях руки ладонями вперед. Один член группы заходит в круг, встает в центре, ноги ставит вместе, держится прямо и плавно опускается на руки членов круга. Педагоги подхватывают его и передают друг другу.

► **Упражнение «Что я приобрел?»**

Цель — оценить результаты личной работы в группе, проанализировать, какой опыт приобрел каждый член группы.

Занятие «Проблема восприятия и его влияние на коммуникативный процесс»

Цели: показать воспитателям значение индивидуального восприятия и его влияния на коммуникативный процесс; выявить закономерности, помогающие общению.

Материалы: мягкие игрушки различной величины (10 шт.), резиновые и другие игрушки (10 шт.).

Приветствие «Передай чувство»

Цели: проанализировать тактильное восприятие друг друга; создать теплую атмосферу в группе; проанализировать, какую роль играет прикосновение к ребенку в педагогической деятельности.

Участники группы сидят в кругу с закрытыми глазами. Психолог прикасается к сидящему рядом — так, чтобы он почувствовал легкое ласковое прикосновение. «Получивший» это ощущение старается передать его дальше по кругу. В конце «чувство» возвращается к пославшему его. Далее можно послать «пренебрежительное прикосновение», а завершить упражнение более длительным, теплым, спокойным прикосновением.

Проводится обсуждение того, что почувствовал каждый участник. Педагоги определяют, какую роль играет прикосновение в общении с детьми.

Игра «Игрушки»

Цели: показать участникам группы необходимость внимательного отношения друг к другу и эмпатического понимания собеседника; проанализировать чувства ребенка при взаимодействии с воспитателем в ситуациях встречи, выбора занятий, общения.

Группа строится две шеренги. Первая шеренга выполняет роль родителей, вторая — детей. Ситуация: родитель приходит за ребенком в детский сад, приветствует его, затем они вместе идут в магазин выбирать игрушку и покупают ее (или не покупают). Затем меняются ролями.

Проводится обсуждение. Какие ощущения, эмоции возникли у участников-«родителей», участников-«детей»? Что важно учитывать в общении с детьми?

► **Упражнение «Что я приобрел?»**

Цель — оценить результаты личной работы в группе, проанализировать, какой опыт приобрел каждый член группы.

Занятие «Проблема понимания в процессе общения»

Цели: развивать умение самоанализа, анализа своего отношения к окружающим; показать влияние непонимания позиции, мотивов партнера по общению на характер взаимодействия и восприятие собеседника.

Приветствие

Цель — помочь членам группы включиться в работу, способствовать

взаимодействию друг с другом, позитивному настрою.

Психолог дает инструкцию: «Поприветствуйте друг друга, вспомнив индивидуальные особенности партнеров. В дополнение вам нужно поддержать человека, сказав ему несколько приятных слов, и обязательно выразить уверенность в том, что он никогда не сделает... А дальше вы должны указать, что именно, по вашему мнению, никогда не сделает ваш собеседник (например: „Привет, Оля! Я рада тебя видеть. Я думаю, что ты никогда не будешь негативно отзываться о другом человеке за его спиной“)».

► **Упражнение «Спустить пар»**

Цели: обратить внимание на нюансы восприятия замечаний; найти и сформировать способы, удерживающие собеседника в контакте и помогающие преодолению барьеров.

Психолог дает инструкцию: «Сядьте в один общий круг. Каждый может сделать партнеру замечание по поводу одежды, черт характера и т. д. При этом нужно обращаться к конкретному человеку со следующими словами: „Я желаю вам долгой и счастливой жизни, но мне бы хотелось, чтобы...“ Тот, к кому обращаются, просто внимательно выслушает все, что ему хотят сказать. До каждого дойдет очередь „спустить пар“».

Когда круг завершится, психолог говорит: «А теперь подумайте о том, что вам сказали. Иногда вы можете изменить в себе то, что мешает другим, иногда вы не можете или не хотите ничего менять. Услышали ли вы о чем-то таком, что можете и хотите изменить в себе?»

Следует обсудить внутреннее ощущение каждого участника при высказывании замечаний; сказать, приходилось ли подбирать слова, когда делали замечания; проанализировать, подбирают ли воспитатели в общении с воспитанниками слова, чтобы сделать замечание.

► **Упражнение «Вертушка первого впечатления»**

Цели: получить представление о том, как первое впечатление влияет на собеседника; проанализировать, как воспитателей воспринимают дети.

Материалы: блокноты и карандаши (по количеству членов группы).

Участники передвигаются по комнате и встречаются друг с другом в молчаливом минутном взаимодействии. При встрече в парах участники обмениваются блокнотами. В блокноте партнера участники пишут свое впечатление о нем. После того как блокноты вернулись к своим хозяевам, происходит переход участников к новым партнерам, где все повторяется.

Психолог говорит: «Сейчас вы будете по очереди взаимодействовать друг с другом в парах. При встрече по команде ведущего вам нужно будет выполнить следующие действия».

Обменяться блокнотами. В блокноте партнера кратко написать (в течение минуты) ваше впечатление о нем с позиции «ресурс» — что, на ваш взгляд, является его сильным ресурсом как человека и делового партнера.

Вновь обменяться блокнотами. Обменяться партнерами, после чего все этапы работы повторяются (можно выполнить 5—6 раз).

Переписать полученные мнения на один листок в блокноте.

По завершении упражнения у каждого участника группы будет собрана «копилка мнений» о себе в ситуации первого контакта.

Правила при выполнении упражнения следующие. Запись о партнере делается на чистом листе блокнота, каждый раз необходимо переворачивать страничку, чтобы новый партнер не просматривал записи других. Выполнять передачу блокнотов и переходы осуществлять только по команде психолога, чтобы упражнение проходило четко и быстро.

После выполнения упражнения педагоги делятся впечатлениями. Необходимо подвести участников группы к пониманию того, что разные люди видят в нас разное, и это необходимо учитывать. Дети воспринимают педагога по-разному, поэтому у них в соответствии с воспринимаемым образом разное ожидание поведения педагога по отношению к себе.

► **Упражнение «Что я приобрел?»**

Цель — оценить результаты личной работы в группе, проанализировать, какой опыт приобрел каждый член группы.

Занятие «Эффективные формы взаимодействия»

Цель: проанализировать особенности взаимодействия воспитателя с воспитанниками, препятствующие эффективному взаимопониманию, и определить, какие условия следует соблюдать, чтобы преодолевать барьеры в общении.

Приветствие «Наши проекции»

Цель — создать атмосферу защищенности для каждого члена группы.

Каждому участнику предлагается оглядеть комнату, взять какой-либо предмет — тот, который близок, с которым вдруг почувствовалась какая-то связь. Каждый предмет обыгрывается. Необходимо начать давать описание этого объекта, но с небольшим изменением в речи: все время говорите «я» вместо «он». Например, можно ответить на вопросы: «Кто я? Какой я? Что я делаю? Что хочу „здесь и сейчас“? Что люблю? Что не нравится?»

В анализе упражнения следует показать, что это и есть проекция, то есть неосознанное приписывание другим своих собственных переживаний. Обратить внимание воспитателей на то, что они чаще приписывают собственные переживания детям, когда видят у них какие-либо реакции или поступки. (Пример: воспитатель ругает ребенка за проступок, а на лице у воспитанника подобие улыбки. Обсудите, что по этому поводу думают воспитатели.)

Заполнение бланка «Характер взаимодействия воспитателя с детьми дошкольного возраста» (разработан И. В. Калистратовой) [5].

Цель — проанализировать особенности взаимодействия воспитателя со своими воспитанниками и оценить степень выраженности показателей взаимодействия.

Материалы: бланки, ручки (по количеству участников).

На основе собственных представлений воспитатели оценивают свою

деятельность. Полученные результаты могут обсуждаться (по анализу ситуации в группе) между членами группы; каждый педагог делает свои выводы относительно собственной педагогической деятельности с целью оптимизации взаимодействия с детьми. С учетом полученной информации каждый участник группы должен дать оценку своему поведению, определить, как на основе уже имеющейся информации он может изменить свое взаимодействие с детьми (см. приложение 1).

Коммуникативная игра «Найди пару»

Цели: ранжирование на пары; способствовать снижению напряжения, позитивному восприятию друг друга.

Члены группы выполняют движения в соответствии с текстом.

На прогулку косолапый вышел мишка погулять.

Участники расходятся по комнате.

По тропинке громко топал, друга он пошел искать.

«Где ты, где ты, мой товарищ? Без тебя так трудно жить!»

Двигаются по комнате произвольно.

Встретил мишка наш лисенка и сказал: «Давай дружить».

Каждый участник находит своего партнера и пожимает ему руку.

Мишка с другом покружился...

Кружатся.

Он в лесу устроил бал.

А потом остановился,

По головке гладить стал.

Гладят друг друга по голове.

Спины звери почесали...

Поворачиваются друг к другу спинами.

Вправо, влево, вверх и вниз.

Трутся спинами.

И немного потолкались.

Слегка толкаются.

Крепко-крепко обнялись.

Обнимают друг друга.

Игра «Противостояние»

Цель — показать участникам группы, что резкий и громкий голос, позиция «над партнером» по общению отпугивает собеседника, мобилизует его сопротивление, вызывает негативные чувства.

Педагоги распределяются по парам и решают, кто будет первым участником, а кто вторым. Они должны вступить в воображаемый спор. Первый — «обвинитель»: он стоит рядом со вторым и постоянно повторяет: «Нет, это вы делаете не так (неправильно)!», при этом указывая на собеседника указательным пальцем. Второй садится на маленький стульчик и повторяет: «Это не я!» Оба участника должны пользоваться только этими фразами, произнося их по очереди (не важно, при этом кто начинает). Эти фразы нужно произносить сначала тихо, потом громко, затем гневно, обвиняя, угрожающе в сочетании с гневной позой. При выполнении этого упражнения необходимо поддерживать зрительный контакт друг с другом. Когда психолог скажет: «Стоп!», участники должны закончить выполнение упражнения, пожать друг другу руки и поблагодарить за участие. Затем участники меняются местами.

После игры педагоги делятся своими ощущениями, отвечают на вопросы психолога: «Какие чувства испытывает к вам ребенок, когда вы находитесь в роли обвинителя? Что хочется сделать?»

► **Упражнение «Что я приобрел?»**

Цель — оценить результаты личной работы в группе, проанализировать, какой опыт приобрел каждый член группы.

Занятие «Невербальные средства общения»

Цели: проанализировать, как внешне выглядит человек, когда испытывает разные эмоции; показать, как осуществляется взаимопонимание партнеров по общению на невербальном уровне.

Приветствие «Неожиданная встреча»

Цель — установить доброжелательный контакт.

Члены группы встают в круг по принципу «карусели», то есть лицом друг к другу. Получается два круга — внутренний неподвижный и внешний подвижный. По сигналу психолога все участники внешнего круга делают одновременно один или два шага вправо и оказываются перед лицом нового партнера. Таких переходов будет несколько.

Ситуация встречи: «В компании друзей вы встречаете своего знакомого, которого не видели три года. Роль человека, которого не видели длительное время, играют участники, стоящие во внутреннем круге. Покажите, как вы будете себя вести? Что будете делать?»

Беседа «Скрытые сообщения»

Цель — способствовать расширению знаний педагогов о средствах общения. (Распознавание невербальных средств общения. Типы сигналов тела [1]. Чувствительность к невербальным средствам общения. Умение выражать и контролировать свое эмоциональное состояние. Понимание и выявление несоответствия вербального и невербального поведения, что может стать барьером в общении.

Коммуникативная игра «Найди пару»

(См. занятие «Эффективные формы взаимодействия».)

► **Упражнение «Любовь и ярость»**

Цели: учиться обращать внимание на свои телесные ощущения в связи с испытываемыми ими сильными чувствами; учиться по мере надобности осознанно вызывать у себя эти чувства, осознавать и в определенной степени контролировать собственные эмоции; проанализировать, как внешне выглядит человек, когда испытывает разные эмоции; провести анализ того, что ощущают дети, когда видят педагога в том или ином состоянии.

Когда мы испытываем любовь или злобу, это вызывает у нас совершенно различные телесные ощущения.

Распределившись по парам, участники встают друг напротив друга и выбирают, кто будет выполнять упражнение, а кто при этом будет наблюдателем.

Инструкция выполняющему упражнение: «Закройте глаза и вспомните ситуацию нежности, проявления любви в вашей жизни (любимый человек, ребенок...). Полностью сконцентрируйтесь на чувстве любви, пусть оно усиливается. Где это чувство расположено в вашем теле? На что оно похоже? Полностью сконцентрируйтесь на чувстве любви, которое все больше усиливается. Направьте на него все свои мысли и

ощущения... (*1 минута.*) Теперь откройте глаза и выслушайте рассказ своего партнера о том, что он при этом наблюдал».

Вопросы наблюдателю: «Что вы видели? Поговорите друг с другом о том, что вы при этом обнаружили».

Вопросы тому, кто делал упражнение: «Где в своем теле вы ощущали любовь? Можете ли вы как-нибудь описать это чувство? (*2 минуты.*) А теперь снова закройте глаза и представьте человека, который выводит вас из себя. Полностью сконцентрируйтесь на чувстве злости. Пусть эта ярость растет. Где в вашем теле располагается это чувство? Какой оно температуры? Какова на ощупь поверхность этого чувства? Сконцентрируй все свои ощущения и мысли на этом (*1 минута.*) Теперь откройте глаза. Пусть ваш партнер расскажет все, что он наблюдал. Что он видел в этот раз? Где в своем теле вы ощущали ненависть? Как вы можете описать это чувство? (*2 минуты.*)»

Затем члены группы меняются ролями в парах, упражнение повторяется.

Проводится анализ. Какое чувство вы ощущали сильнее — любовь или злость? Что происходит, когда мы чаще испытываем злость, чем любовь? Вы знаете, как можно прекратить чувство злости? Как вы выглядите в состоянии злости, любви? Какой вас видят ваши воспитанники в состоянии гнева, злости? Какие чувства они испытывают в этот момент?

► **Упражнение «Вторжение»**

Цель — отреагирование скрытой агрессии участниками группы.

Психолог дает инструкцию: «Встаньте в один большой круг и крепко сцепитесь руками. Один из членов группы остается за кругом и пытается прорваться в него. Как только участнику это удается, следующий член группы должен выйти за круг и попытаться прорваться в него. Каждый член круга решает, хочет ли он оказать сопротивление, как долго он это будет делать и когда уступит. Как можно большее число участников должно попытаться собственными силами проникнуть в круг, в том числе и тот участник, который беспокоит ведущего. Если кто-то не в состоянии сделать это, необходимо проследить, чтобы он находился вне круга не более одной минуты, после чего группа должна впустить этого человека в круг».

► **Упражнение «Что я приобрел?»**

Цель — оценить результаты личной работы в группе, проанализировать, какой опыт приобрел каждый член группы.

Занятие «Групповой потенциал»

Цели: повысить психологическую компетентность педагогов в вопросах возникновения причин агрессивных реакции у детей, повышенной тревожности, обидчивости; обсудить и обобщить приемы конструктивного общения с данными дошкольниками.

Приветствие

Цель — настроить участников группы на работу, создать рабочую атмосферу, проанализировать ожидания от работы в группе.

Психолог сидит в кругу. Он задает участникам вопросы, на которые все (по очереди) отвечают: «Чего вы ожидаете от членов нашей группы сегодня? Какие сильные стороны вы видите в нашей группе?»

► **Упражнение-имитация «Найди пару»**

Цели: ранжирование на пары; способствовать снижению напряжения, позитивному восприятию друг друга.

Члены группы выполняют движения в соответствии с текстом.

Две сороконожки бежали
по дорожке,
Все бежали и бежали
и друг дружку догоняли.
В тот момент, когда догнали,
так друг дружку и обняли,
Так друг дружку обнимали,
что едва мы их разняли.

Можно повторить упражнение из прошлого занятия.

► **Упражнение «Поиск по руке»**

Цель — развитие умения эмоционального сопереживания, вербальная переработка переживаний после окончания упражнения.

Участники образуют пары и в течение нескольких минут рассматривают и изучают руки партнера на ощупь. Затем все разбиваются в две подгруппы. Одни из участников пары садятся на выставленные в ряд стулья и закрывают глаза. Остальные медленно проходят вдоль ряда с участниками, сидящими на стульях, и касаются их рук. Задача сидящих на стуле — с закрытыми глазами найти руку своего партнера по паре. ***Обсуждение.*** Сказать о руках своего партнера, о том, что ощущает человек.

Затем садится на стулья и закрывает глаза вторая подгруппа. Игра продолжается. После окончания игры обменивается впечатлениями вторая подгруппа.

Проводится обсуждение. Ожидали ли вы увидеть этого человека? Кто как действовал? Кто старался сделать свою руку приятной?

После обсуждения психолог демонстрирует рисунки детей и предлагает догадаться, кого рисовал ребенок. Затем следует проанализировать, почему ребенок так воспринимает взрослого человека, который громко кричит, ругается, оскорбляет ребенка.

Мини-лекция «Трудности взаимопонимания между педагогом и ребенком»

Цели: повысить психологическую компетентность педагогов в вопросах возникновения причин агрессивных реакции у детей, повышенной тревожности, обидчивости; обсудить и обобщить приемы конструктивного общения с данными дошкольниками; дать педагогам представления о типах реагирования детей на агрессивное поведение со стороны взрослого (педагога) и этапах неблагоприятного развития ребенка в результате такого поведения взрослого (педагога, родителя). Раскрыть психологические модели возникновения обид [5].

«Собирание обид» — обидчивый ребенок [12].

«Все хорошо» — привычка глотать обиды.

«Эффект пароварки» — накопление обид и последствия.

Обсудить способы развития адекватной самооценки у ребенка, снижения тревожности, создания позитивного психоэмоционального состояния у ребенка в детском коллективе.

► **Упражнение «Солнце»**

Цель — показать влияние манеры говорить, степени эмоциональности высказываний, поведения, мимики на индивидуальное восприятие ребенка.

Материалы: детские рисунки на тему «Злой человек», 3—4 листа ватмана; маркеры и краски (для каждого участника).

Психолог предлагает педагогам разделиться на три группы. Первая группа воспитателей — со стажем работы 20—25 лет, вторая группа — со стажем 10—15 лет, третья группа — молодые специалисты.

Каждая группа берет лист ватман с нарисованным по середине кругом (размер не имеет значения). Задача членов каждой подгруппы — дорисовать круг, нарисовать образ злого, кричащего, раздраженного человека. (Рисовать красками.) Каждый член группы рисует от созданного образа луч и пишет над ним окончание фразы: «Я злюсь, кричу, раздражаюсь, веду себя агрессивно и обижаю своих воспитанников. Я веду себя так, потому что...»

Затем группы представляют свои работы. (Первыми приглашаются педагоги со стажем работы 20—25 лет.) Прочитав все фразы, написанные над лучами, им нужно проанализировать причины агрессивного поведения взрослых по отношению к детям и сказать, что нужно делать, чтобы не травмировать детей подобными реакциями и своим поведением.

Далее участники обсуждают, почему у разных возрастных категорий педагогов разные причины агрессивного поведения. Следует подвести членов группы к мысли о том, что необходима внутренняя работа над своими поступками, сообща наметить пути решения данной проблемы.

Направленная визуализация образа «Сад» [2]

Цели: вызвать глубокую релаксацию посредством визуализации природы; создать позитивные установки в отношении жизни; способствовать достижению педагогами ощущения спокойствия и безмятежности, что в свою очередь ведет к принятию себя и повышению уверенности в себе.

Материалы: магнитофон с записью произведения П. Чайковского «Сладкая греза», листы бумаги формата А4 с нарисованным по середине кругом диаметром 15—18 см (на каждого участника).

Тихим спокойным голосом ведущий говорит: «Примите удобное положение, поставьте ноги на пол, положите руки на колени или на стол и закройте глаза. Теперь сделайте глубокий вдох, медленно и спокойно выдохните. Мысленно пройдите по всему телу от ступней до макушки: почувствуйте, что ваше тело расслаблено и вам ничего не мешает... Если вы почувствуете неудобство, устраните его... Сделайте глубокий вдох... выдох...» Затем следует продолжить читать текст «Фруктовый сад».

Рисуночная техника «Рисунок в круге»

Цель — способствовать гармонизации личности, уравновешенному внутреннему состоянию педагогов.

Нарисовать (желательно в кругу), что человек захочет. Дать название рисунку.

Проводится обсуждение по кругу. Какое настроение было в процессе создания рисунка? Какое чувство вызывает этот рисунок? Как вы его назвали?

Занятие «Мой потенциал»

Цели: способствовать сплочению коллектива; показать значение обратной связи в межличностном общении; выработать умение принимать на себя ответственность и находить выход из проблемной ситуации.

На этом занятии психологу нужно обязательно следить за эмоциональным состоянием членов коллектива, ориентировать группу на оказание психологической поддержки, если она кому-либо потребуется.

Приветствие

Цель — снять напряжение и помочь педагогам настроиться на работу.

Члены группы (по кругу) здороваются: «Приветствую вас! Вы представляете...» — и описывают какой-либо интересный, смешной случай (эпизод), который произошел при общении с воспитанником.

Мини-лекция «Агрессивное поведение»

Цель — понять сложные взаимовлияния собственного поведения и условий окружения.

Материалы: доска, маркер.

На примере поясняются и поэтапно заносятся на доску функциональные взаимосвязи агрессивного поведения и окружения [4] (см. приложение 2). Педагоги могут записывать модель в своих блокнотах.

Решение измениться

Цель — создать устойчивую мотивацию для активного и осознанного участия педагогов в процессе самопознания и эффективной саморегуляции.

Тихим спокойным голосом ведущий говорит: «Хорошо бы вы задали себе вопросы: „Как давно возникли в вас чувства раздражения, гнева, злости? Что именно в вашей жизни вызывает постоянное разочарование? Что вы раздаете другим так щедро, что принуждает других так раздражать вас?“

Все, что вы даете, вы получаете назад. Чем больше вы раздражаетесь, тем больше вы создаете ситуаций, которые вызывают в вас раздражение, поэтому, может быть, нужно меняться. Мы хотим, чтобы наша жизнь поменялась, но сами не хотим меняться. „Пусть кто-то другой, пусть меняются другие, пусть они, а я подожду“ — так думают большинство из нас. Чтобы изменить кого-то, вы должны измениться сами, измениться внутренне: изменить ход мыслей, то, как говорите и то, что говорите, — только тогда наступит настоящая перемена».

Рисуночная техника «Кризис»

Цель — работа с проблемой, раскрытие внутреннего потенциала, распознавание и вербализация собственных

эмоций, их принятие, формирование более эмоционального благоприятного отношения к себе.

Члены группы называют ассоциации со словом «кризис», выраженные именем существительным и именем прилагательным. Психолог на доске записывает в столбик эти слова. Затем каждый педагог на отдельной карточке (заранее заготовленной ведущим) пишет свои ассоциации со словом «кризис», выраженное именем существительным, на другой карточке — именем прилагательным. Психолог собирает в одну стопку карточки с именем существительным, в другую — с именем прилагательным и перемешивает каждую стопку.

Участники вытягивают по одной карточке с именем существительным и с именем прилагательным. Затем берут лист формата А4 и делят его на четыре части. С левой стороны листа отражают в рисунке имя прилагательное, справа — имя существительное. Затем каждый читает слова на своих карточках наоборот: сначала прилагательное, потом существительное. Например, были слова: усталость (существительное) и нерешительный (прилагательное). При прочтении слов наоборот получилось — «нерешительная усталость».

Далее выписывают на доске новые сочетания. Педагогам предлагается дать новое, общее название двум рисункам (выбрать из рисунков слева и справа по одному и придумать новое название, которое можно написать на доске).

Затем участники встают в круг. Каждый анализирует использованные слова и то, что нарисовали в соответствии с ними. Обсуждают, какие рисунки соединили, что из этого получилось, какие названия были даны рисункам.

Занятие «Построение отношений»

Цели: снизить эмоциональное напряжение; проанализировать формы поведения и стратегий в межличностном взаимодействии с воспитанниками, выявить трудности и выстроить эффективные модели в межличностных отношениях с детьми.

Приветствие

Цель — переключить педагогов на работу в группе, помочь активизироваться, снизить эмоциональное напряжение, показать значимость индивидуальности в восприятии собеседника.

Участники встают в круг. Каждый говорит комплимент своему соседу слева. Сосед отвечает: «Да, я... (*повторяет сказанное ему*), но я еще и... (*добавляет что-то свое*).

► **Упражнение «Щепки на реке»**

Цель — создать спокойную, полную доверия атмосферу.

Психолог дает инструкцию: «Встаньте в два длинных ряда, один напротив другого, на расстоянии чуть больше вытянутой руки. Представьте себе, что вы все вместе — Вода одной реки. По реке сейчас „поплывут“ Щепки. Один человек отправится сейчас в путь по реке — как первая Щепка. Он сам решит, как он будет двигаться. Например, он может закрыть глаза и медленно пойти прямо. А Вода плавно поможет руками Щепке найти дорогу. Возможно, Щепка «поплывет» не прямо, а будет крутиться. Вода должна и этой Щепке помочь найти дорогу. Может быть, Щепка оставит глаза открытыми и будет двигаться хаотично или кругами. Вода должна и ей помочь. Когда Щепка проходит до конца реки, то она становится рядом с последним членом группы и ждет, пока не приплывет следующая Щепка. Она встает напротив первой: тем самым они составляют реку и постепенно удлиняют ее. И так неспешно река будет блуждать по комнате, пока все члены группы не проплывут по реке, изображая Щепки. Все ли понятно?»

Проводится анализ упражнения: «Что вы чувствовали, когда были Щепкой? Что вы чувствовали, когда были Водой?»

► **Упражнение «Диснеевская стратегия креативности»** [6]

Цель — создать условия для исследования педагогами собственного межличностного взаимодействия, выявляя в нем конструктивные и реконструктивные элементы, для достижения четкого понимания своих действий, изменения форм поведения и своих стратегий в межличностном взаимодействии с воспитанниками.

Материалы: доска, маркер.

Психолог предлагает педагогам тему для дискуссии — «Трудности взаимодействия в системе „педагог — воспитанник“». Дискуссия будет разделена на три этапа.

На первом этапе проводится «мозговой штурм», и каждый свободно проявляет свою креативность (выполняет роль мечтателя). Необходимо подумать о вариантах решения возникшей проблемы и рассказать о возможностях предложенной идеи. Можно записать идеи на доске, затем выбрать одну (или две) как приоритетную.

Второй этап (роль — «реалист») включает детальное исследование условия претворения идеи в реальность. Необходимо обсудить, что можно сделать для реализации идеи (написать несколько шагов). Проанализировать, какие практические моменты упущены.

Третий этап (роль — «критик») — заключительный: взглянуть на полученный результат критически, оценить его сильные и слабые стороны. Критической оценкой возможностей будет занят каждый педагог.

В результате прохождения всех этапов педагоги получают значимую информацию, на основании которой базируется окончательное решение и делается вывод.

► **Упражнение «Закончи предложение»**

Цель — актуализация сильных сторон личности.

Каждый участник (по кругу) произносит утверждение, начиная со слов: «Я хороший педагог, потому что...» Психолог спрашивает у группы, действительно ли этот педагог такой. Вся группа должна согласиться, что человек действительно хороший педагог.

► **Упражнение «Что я приобрел?»**

Цель — оценить результаты личной работы в группе, проанализировать, какой опыт приобрел каждый член группы.

Итоговое занятие

Цели: способствовать сплочению коллектива, повысить степень доверия между участниками группы, показать значимость каждого члена коллектива; подвести итог семинара-практикума.

Приветствие «Твое будущее»

Психолог дает инструкцию: «Приветствуя друг друга, вы должны сделать небольшой прогноз будущего вашего партнера».

► **Упражнение «Закончи предложение»**

Цель — способствовать сплочению коллектива.

Психолог: «Очень важно, когда есть люди, которые вас понимают, принимают и могут поддержать. Мы все — один коллектив. Поддержка и помощь коллектива нужна любому человеку».

Каждый член группы (по очереди), говорит о том, что значит для него коллектив: «Наш коллектив — это...»

► **Упражнение «Доверие и поддержка»**

Цель — показать значимость доверия к окружающим в построении межличностных отношений.

Психолог дает инструкцию: «Предлагаю игру „Доверие и поддержка“. В этой игре очень важно, чтобы все могли положиться друг на друга. Один член группы будет плавно опускаться (или падать) на руки коллег, а все члены группы — поддерживать (или ловить) его. Тот, кто будет падать, встает спиной к членам групп, он стоит очень прямо и как бы затвердевает. Те, кто ловят, расставляют ноги, чтобы занять самое устойчивое положение, и держат руки перед собой. Когда человек начинает падать назад, остальные должны как можно скорее подставить свои руки, чтобы затормозить его падение, и затем медленно вернуть человека в исходное положение. Все ли понятно? Хорошо, тогда попробуйте показать нам, как это происходит. Давайте еще раз...

Начиная играть, соблюдайте два правила: тот, кто падает, должен довериться членам коллектива и плавно опуститься на их рук, а те, кто ловят, должны очень внимательно следить за тем, чтобы подхватить его.

Затем поменяйтесь местами так, чтобы каждый мог попробовать упасть. Нет ничего страшного в том, что сегодня кому-то не захочется участвовать в игре. Возможно, у него появится желание потом, когда мы будем повторять игру».

Проводится анализ упражнения. Что вы чувствовали, когда ловили коллегу? Были ли вы уверены, что сможете удержать падающего? Что вы чувствовали при падении? Хорошо ли вас ловили?

► **Упражнение «Скульптура»**

Цели: выразить ситуацию и отношение к другим людям только жестами и прикосновениями, без слов; способствовать созданию позитивной атмосфере в группе.

Группе дается задание — «слепиться» в общую групповую «скульптуру» (участвуют все члены группы). Каждый должен сам выбрать себе роль в этой компании-композиции. Тема должна быть динамичная — «Портрет».

Проводится обсуждение. Почему участники выбрали именно эти роли? Что в них общего, что различно? Коллеги определяют то, как каждый видит себя в группе, в какой роли, каковы системы отношений.

► **Упражнение «Я и мой коллектив»**

Цель — повысить степень доверия между участниками группы, показать значимость каждого члена коллектива.

Все члены группы садятся, образуя круг, в середине которого садится психолог. Психолог предлагает участникам высказаться на тему «Как я поддерживаю свой коллектив». Затем говорит: «Возьмитесь за руки, сосредоточьтесь на ощущениях в ладонях. Попробуем передать свое эмоциональное состояние через чувства, которые вы сейчас испытываете, по кругу, используя ощущения в ладонях». После выполнения упражнения педагоги отвечают на вопросы психолога: «Какие чувства вы испытывали во время занятий? Какой опыт приобрели?»

Литература

1. *Агеева И. А.* Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы. — СПб.: Речь, 2006.

2. *Астапчик В.* Сказки. — Рига, 2002.

3. *Алиева М. А., Гришанович Т. В., Лобанова Л. В., Травникова Н. Г., Трошихина Е. Г.* Я сам строю свою жизнь. — СПб.: Речь, 2006.

4. *Аннекен Г., Эгельмайер Л., Кесслер Е.* Тренинг уверенности и контакта в группе. Пер. с нем. Ромек В. Г. — М.: ТОО «Юпитер-К», 1990.

5. *Линде Н. Д.* Психологическое консультирование. Теория и практика. — М.: Аспект Пресс, 2011.

6. *Макдермот Я., Яго В.* Практический курс НЛП. — М.: Эксмо, 2008.

7. *Прутченков А. С.* Трудное восхождение к себе. Методические разработки и сценарии занятий социально-психологических тренингов. — М.: Российское педагогическое агентство, 1995.

8. *Рейнуотер Д.* Это в ваших силах. — М.: Прогресс, 1992.

9. *Фопель К.* Технология ведения тренинга. Теория и практика. Пер. с нем. — 3-е изд. — М.: Генезис, 2007.

10. *Фопель К.* Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие: Пер. с нем.: В 4-х томах. — М.: Генезис, 1998.

11. *Чернецкая Л. В.* Развитие коммуникативных способностей у дошкольников: практическое руководство для педагогов и психологов дошкольных образовательных учреждений. — Ростов н/Д: Феникс, 2005.

12. *Шевцова И. В.* Тренинг работы с собственным детством. — СПб.: Речь, 2008.

Приложение 1

Характер взаимодействия педагогов с детьми дошкольного возраста

Показатель оценивается по степени выраженности:

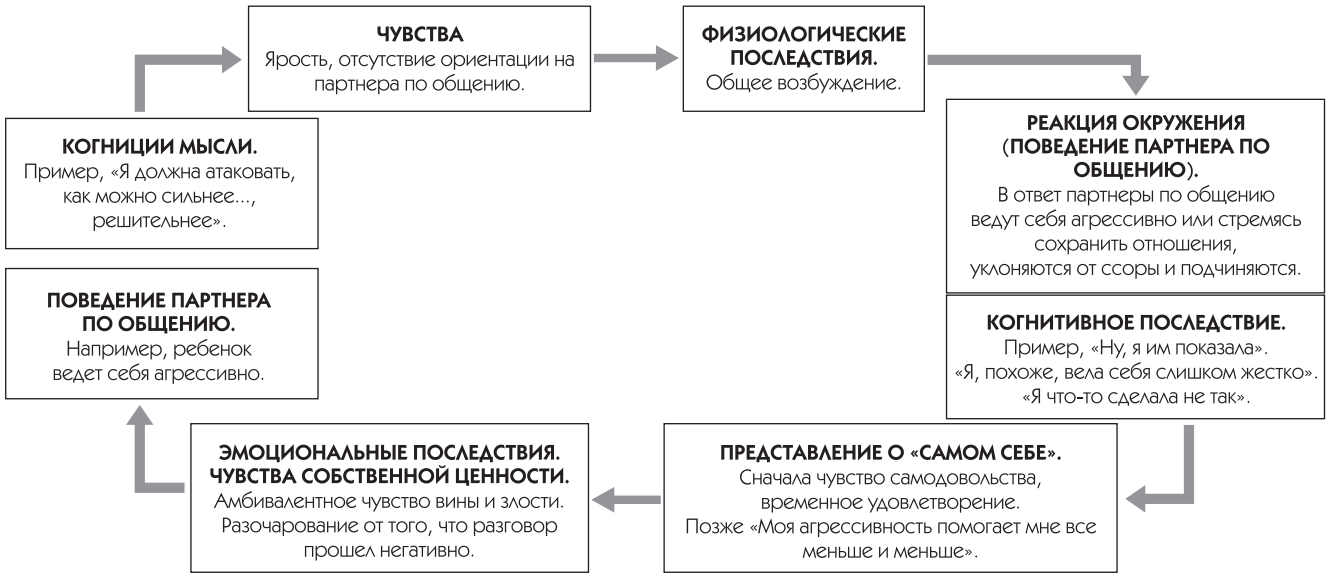
1 балл — практически не наблюдается;

2 балла — наблюдается время от времени;

3 балла — присутствует постоянно.

Показатели взаимодействия воспитателя с детьми дошкольного возраста

№ п/п	Показатель	Балл	Общий балл
1	*Уважение, доброжелательное отношение к каждому ребенку.* — ласковое обращение с улыбкой; — внимание к настроению, желаниям, достижениям; — поощрение самостоятельности		
2	*Поощрение инициативы детей.* — внимательное выслушивание; — доброжелательный ответ на вопросы и просьбы; — избавление ребенка от негативных эмоций (успокоить)		
3	*Общение в позиции «глаза на одном уровне»*		
4	*Формирование положительного отношения к сверстникам.* — собственное поведение (пример уважения ко всем детям); — обращаю внимание детей на эмоциональное состояние друг друга; — помощь непопулярным детям при вхождении в детский коллектив; — обучение эффективным способам взаимодействия; — адекватная реакция на жалобы		
5	*Голос воспитателя не доминирует над голосом детей*		
6	*Учет возрастных и индивидуальных особенностей детей при взаимодействии с ними.* — терпимое отношение к «трудным» детям; — предложение вариантов действия поведения ребенка; — тактичное указывание на ошибки; — при контроле — учет индивидуальных особенностей; — обращение к ребенку по имени; — отклик на просьбы ребенка о совместной деятельности		
7	*Поддержка положительного самоощущения ребенка.* — приветствуется высказывания детей о их мыслях и чувствах; — преобладают поощрения; — порицания относятся к действиям, а не к личности ребенка в целом; — при порицании дается образец правильного действия; — отмечаются достижения ребенка		
8	*Дети находятся в поле зрения взрослого*		
9	• *Воспитатель не прибегает к физическому наказанию детей.* • *Воспитатель не обзывает ребенка*		
	Оцените по тем же баллам Мне трудно осуществлять свою педагогическую деятельность в соответствии с данными показателями. 1 балл — нетрудно. 2 балла — отмечается время от времени. 3 балла — мне трудно		-

Выделите маркером те пункты, где у вас низкие баллы. Проанализируйте сложившуюся ситуацию и сделайте для себя выводы.

Приложение 2