**Конспект тренинга на сплочение коллектива**

**ТЕМА: «Вместе мы – сила»**

**Социальный педагог: Абрамова Марина Вадимовна**

**Цель тренинга**: сплочение группы и построение эффективного командного взаимодействия.

«Сплочение – это возможность для команды стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. У Вас есть общие цели – обучение в этом колледже, получение хорошего образования, отличного диплома! И для того, чтобы более эффективно добиваться этих целей, все Вы нуждаетесь в поддержке, и Вы можете ее получить именно в своей группе! Ведь только сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед!»

**Задачи тренинга:**

1. формирование благоприятного психологического климата в группе;
2. нахождение сходств у участников группы для улучшения взаимодействия между ними;
3. первоначальная диагностика психологической атмосферы в группе;
4. осознание каждым участником своей роли, функций в группе;
5. развитие умения работать в команде;
6. сплочение группы.

**Фазы тренинга:**

**1. Вводная фаза**

**Цель фазы**: Знакомство участников друг с другом, с ведущими, а также с целями тренинга, правилами работы в группе.

**Название упражнений**: «Смысл моего имени», «Правила группы»

**Время**: 5 минут.

**Необходимые материалы**: Карточки для имен, булавки, фломастеры, лист с правилами.

**2. Фаза контакта**

**Цель фазы**: Установление благоприятного психологического климата в группе, разминка.

**Название упражнений**: «Веселый счет»

**Время**: 5-7 минут.

**3. Фаза лабилизации**

**Цель фазы**: Формирование активного рабочего настроя, диагностика психологической атмосферы в группе.

**Название упражнений**: «Вавилонская башня», «Поиск сходства», «Построимся»

**Время**: 20-25 минут.

**Необходимые материалы**: Картинки с изображением животных, бланки для диагностики по количеству участников, ватман, фломастеры, карточки с индивидуальными заданиями.

**4. Фаза обучения**

**Цель фазы**: Отработка и овладение навыками, ведущими к сплочению группы, развитию умения взаимодействовать в команде, нахождение общего между участниками.

**Название упражнений**: «Кто быстрее», «Дом»

**Время**: 30 минут.

**Необходимые материалы**: Карточки с изображением животных, паззлы.

**5.Заключительная фаза**

**Цель фазы**: Подведение итогов, снятие напряжения

**Название упражнений**: «Говорящие руки», «Круг», «Подарки группе»

**Время**: 10-15 минут.

**Необходимые материалы**: Карточки с изображением животных.

**Общее время: 80 минут.**

**1. Упражнение «Смысл моего имени»**

**Цель**: дать возможность участникам подчеркнуть свою индивидуальность.

**Время**: 5 минут.

**Ресурсы**: нарезанные листочки бумаги, фломастеры, булавки.

**Ход упражнения**: Ведущий предлагает познакомиться и совершить это следующим образом: всем участникам группы необходимо сделать визитные карточки со своим тренинговым именем. Каждый вправе взять себе любое имя, которым он хочет, чтобы его называли в группе: свое настоящее, игровое, имя литературного героя, имя-образ. Затем, когда визитки готовы, всем по очереди предлагается назвать свое имя, а потом рассказать историю его происхождения.

**2. «Правила группы»**

**Время**: 2 минуты.

**Ресурсы**: ватман с уже написанными правилами.

* Проявлять активность.
* Слушать друг друга, не перебивая.
* Говорить только от своего лица.
* Если информация адресована кому-то конкретно, то обращаться напрямую к этому человеку, а не говорить о нем в третьем лице
* Не распространять и не обсуждать за пределами тренинга то, что происходит на занятиях
* Избегать критики при выполнении упражнений, если возникает потребность что-то покритиковать — дождаться обсуждения
* В случае нежелания выполнять какое-либо упражнение участник имеет право отказаться, не объясняя причину этого, но он должен публично заявить о своем отказе.

**3. Упражнение «Веселый счет»**

**Цель**: снятие внутреннего напряжения участников, сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения.

**Ход упражнения**: Ведущий называет какое-либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться.

**Психологический смысл упражнения**: упражнение позволяет участникам почувствовать другого, понять его мысли с целью более эффективного выполнения задания.

**Обсуждение**: почему сначала не получалось выполнить задание? Что помогло в выполнении задания?

**4. Упражнение «Построимся»**

**Цель**: обучение умению распределять роли в команде, сравнивать себя с другим участником по схожим признакам.

**Время**: 10 минут.

**Ход упражнения**: «Теперь мы посмотрим, насколько Ваши общие черты проявляются у каждого из вас в отдельности!». Задача участников – построиться в одну линию по росту. При этом нельзя разговаривать. Затем задание усложняется – им нужно построиться по дате и месяцу рождения, по длине волос, по отдаленности места проживания от колледжа, по цветам радуги в их одежде.

**Психологический смысл упражнения**: Участники лучше узнают друг друга, обучаются эффективному взаимодействию в команде.

**Обсуждение**: Трудно ли Вам было выполнять это упражнение? Почему? Какую роль Вы избрали для себя? Какая стратегия выполнения была наиболее эффективна?

**5. Упражнение «Кто быстрее?»**

**Цель**: сплочение коллектива.

**Время**: 10 минут.

**Ход упражнения**: Группа должна быстро, без слов, построить, используя всех игроков команды, следующие фигуры:

* квадрат;
* треугольник;
* ромб;
* букву;
* птичий косяк.

**Психологический смысл упражнения**: координация совместных действий, распределение ролей в группе.

**Обсуждение**: Трудно было выполнять задание? Что помогло при его выполнении?

**6. Упражнение «Подарок»**

**Цель**: положительное завершение тренинга, рефлексия.

**Время**: 3-5 минут.

**Описание упражнения**: Ведущий: «Давайте подумаем, что мы могли бы подарить Вашей группе, чтобы взаимодействие в ней стало еще эффективнее, а отношения в ней – более сплоченными? Давайте скажем, что каждый из нас дарит группе. Я, например, дарю вам оптимизм и взаимное доверие». Далее каждый из участников высказывается, что он хотел бы подарить группе. «Давайте наградим себя за успешное плавание аплодисментами!»

**Психологический смысл упражнения**: Ритуал, позволяющий завершить тренинг красиво и на положительной эмоциональной ноте.

**Обсуждение**: «Наш тренинг подошел к завершению. Хочу спросить у Вас, что нового вы сегодня узнали? Что полезного вынесли для себя, для группы?

Ну вот, все подарки подарены, игры пройдены, слова сказаны. Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что Вы – единое целое, каждый из Вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе Вы – сила! Спасибо всем за участие!»