

**Тренинг для педагогов  
«Содействие конструктивному взаимодействию  
участников  
образовательного процесса посредством проведения  
психологических акций»**

Подготовила: педагог-психолог  
Степанова Д. Д.

г.Новочебоксарск 2023

*«Жизнь не те дни, что прошли,  
а те, что запомнились!»*

Современная система дошкольного образования предъявляет значительные требования ко всем аспектам деятельности педагогов: знаниям, умениям, способам работы, навыкам взаимодействия с детьми, коллегами, родителями и, конечно же, личностным особенностям.

Труд педагога отличается высокой напряженностью, поэтому педагоги в большой мере подвержены влиянию синдрома эмоционального выгорания, который характеризуется эмоциональной сухостью человека, расширением сферы экономии эмоций, личностной отстраненностью, игнорированием индивидуальных особенностей дошкольников, оказывает сильное влияние на характер профессионального общения педагога.

Данная профессиональная деформация мешает полноценному управлению образовательным процессом, оказанию необходимой психологической помощи, становлению профессионального коллектива. Поэтому актуальной задачей работы педагога-психолога ДООУ является:

- Создание благоприятного психологического климата в коллективе.

Организовать групповую работу с педагогами (если речь не идет о педсовете или совещании) порой бывает сложно. Большая нагрузка, разные смены, повседневные смены... Как собрать всех? Организация психологических акций для педагогов и работников ДООУ – одно из решений проблемы. Неформальная обстановка позволит расслабиться, проанализировать накопившиеся проблемы, раскрыться в творчестве, найти поддержку и осознать новые возможности для реализации.

Акция (лат. – actio) – действие, предпринимаемое для достижения какой-либо цели.

Психологические акции – это вид психологической работы в игровой форме. Название эта форма получила по аналогии с различными художественными акциями. Психологическая акция представляет собой игровую среду, которая на определенное время создается в пространстве детского сада, параллели, группы. Игровая среда не мешает разворачиваться другим видам деятельности детей и взрослых, но имеет некоторое собственное содержание, правила и намеченный результат.

Основная цель проводимых в детском саду акций – создание благоприятного психологического климата.

Важные особенности «акции» — ненавязчивость и необычность. Она не мешает жить тем, кто не хочет ее замечать, но окрашивает в новые яркие краски жизнь тех,

кто готов в нее включиться. Акции создают определенную настрой, доминирующее эмоциональное состояние; детский сад начинает восприниматься как единое целое, а находящиеся в ней люди — как близкие и интересные собеседники.

Некоторое время назад мы с вами говорили об акциях, которые можно проводить в ДООУ для родителей и воспитанников. Сегодня мы уделим внимание акциям, которыми можно охватить не только педагогов, но и всех сотрудников ДООУ.

Основная цель проводимых акций: создание благоприятного психологического климата, способствующего эффективному преодолению и профилактике выгорания в коллективе, через оптимизацию форм общения с коллегами.

### **Особенности акции:**

- Акция охватывает всех сотрудников/ педагогов детского сада, ведь далеко не все из них способны выделить 1,5-2 часа на посещение тренинга, тем более состоящего из нескольких встреч, из-за объективных и необъективных причин.
- При том, что акция – групповой метод работы, он имеет сугубо индивидуальную направленность. Мероприятия затрагивают непосредственно каждого педагога.
- Акция экономична по времени проведения (длительность до 2 недель), действует по методу погружения, ненавязчиво сопровождает педагогов.
- Оригинальные приемы, позитивные настроения поднимают настроение педагогов, сплочивают коллектив.

### **Акция «Антистрессовое дерево» (или как Вы боретесь со стрессом)**

- Общаюсь с друзьями
- Занимаюсь дачей, домашней работой;
- «Заедаю» стресс чем-нибудь вкусным;
- Никак не борюсь, жду, когда само пройдет;
- Занимаюсь спортом, активным отдыхом;
- У меня есть хобби;
- Доверяю только медицине;
- Читаю;
- Смотрю телевизор, слушаю музыку;
- Другое (напиши что).

### **Психологическая акция «Сентябрьские предсказания»**

Цель: создать благоприятный эмоциональный климат в ДОУ, зарядить ее участников положительными эмоциями. Всем желающим кто верит в судьбу или просто хочет поднять настроение, мы предлагали вытянуть один из листочков и узнать, что готовит год ученый.

- повышение по службе;
- смена должности;
- победа в конкурсе;
- повышение зарплаты;
- Вас ждет взлет по служебной лестнице без головокружительных последствий;
- Ваши творческие успехи будут замечены руководством и окружающими;
- Отнеситесь серьезно к своим обязанностям, не запускайте ведение документации;
- Вас ожидает романтическое увлечение;
- Сентябрь благоприятствует замыслам, направленным на весь учебный год;
- С помощью слов и убеждений Вы способны достичь чего- угодно, как в семье, так и на работе;
- Плодотворная работа в этом году принесет определенные плоды;
- Этот год очень важен в вашей профессиональной жизни, обратите внимание и расширьте контакты с коллегами-психологами в этом зале;
- Этот год можно провести более спокойно, расслабьтесь!
- В этом году возможны некоторые соблазны, которые могут отрицательно сказаться на вашей карьере, сильно не увлекайтесь!
- Избегайте за столом с начальством конфликта, следите за словами;
- Ваша инициатива позволит Вам улучшить финансовое положение!
- Ожидая плохого события, не крутите пуговицу: она обязательно оторвется;
- переходя дорогу перед детским садом посмотрите по сторонам- есть вероятность встретить свою судьбу;
- Заходите к начальнику с левой ноги – и вас ждет повышение по службе;
- Улыбайтесь всегда! И никто не назовет Вас мрачным человеком. Молчите! И никто не назовет Вас занудой!

- Ваше место рядом с начальством – там Вы лучше смотрите!
- Вас ждет немало происшествий и интересных путешествий!
- Вам предстоит и впредь, работой творческой гореть!
- Судьбы позолотит Вам ручку, пошлет солидную получку;
- Вы баловень судьбы, а значит, Вас ждут успехи и удачи!
- Вы жить привыкли в гуще дел, работа – главный Ваш удел!
- Для сердца ожидает Вас услада – большое повышение оклада!
- Вы будете бодры и энергичны, и поэтому весь год пройдет отлично!
- Крылья Вы не обожгите, свое здоровье берегите!
- В этом учебном году залог Вашего успеха – сотрудничество!
- Будьте предельно внимательны к тем, кто Вам помогает!
- Будьте осмотрительны, без колебаний отказывайтесь от рискованных предложений и сомнительных интрижек – ничего кроме неприятностей они не принесут!
- Начиная новое дело, не забывайте о надежных, проверенных временем друзьях!
- Благодаря Вашему обаянию и природному чутью, Вам удастся избежать многих проблем и удачно выйти из неприятных ситуаций!
- Финансовые затруднения Вам не грозят, но Вам придется серьезнее и качественнее заняться своими профессиональными обязанностями;
- В этом учебном году Вы поправите свое финансовое положение и приобретете другой статус;
- Будьте терпимее к тем, кто рядом с Вами. Вы ждете признательности, но не всегда услышите теплые слова в свой адрес.
- Для успеха в работе потребуется терпение и умение пойти на компромисс.
- Ваш авторитет будет неизменно расти, желания исполняться, как по мановению волшебной палочки.
- Ваша жизнь обретет ту стабильность и устойчивость, которой в последнее время Вам так не хватало.

- Вы обнаружите, что запасы Вашей энергии неограничены, и расходовать ее нужно расчетливо – а именно там, где она принесет больше пользы!
- Авторитет, который заслужили в прошлом, в этом учебном году будет работать на Вас!
- Учтите: сейчас не лучшее время для смены места работы. Используйте возможность для отдыха и развлечений – которых будет немало! Но в начале года руководствуйтесь девизом – «молчание – золото!»
- Этот учебный год будет поворотным – Вас ждут реальные и очень удачные перемены в делах!
- Наступающий год полон перемен. Смело шагнув им навстречу, вы сможете решить кучу проблем!
- Ваше обаяние Вас не спасет, старайтесь проявить себя компетентным серьезным специалистом!
- Этот учебный год даст Вам шанс выйти из проблем без потерь, но чтобы добиться успеха, придется много работать.
- Появятся новые проекты, Ждите интересных предложений. Возможно, Ваши планы начнут осуществляться уже в начале зимы.
- В начале года предстоит работать под жестким контролем начальства, далее последуют перемены, которые принесут много удовлетворения.

#### **Акция «Для поднятия настроения оторвите номерок объявления».**

Цель: позитивный настрой на весь день; поднятие настроения.

Психолог утром встречают сотрудников, и обращает внимание на объявление. Предлагает оторвать номерок и прочитать пожелание на день.

#### **Акция «Аптечка для души»**

Каждый педагог получает буклет «Секреты воспитания от Виржинии Сатир, известного в мире специалиста по вопросам семейной терапии».

«Советы Дороти Нолти для родителей».

Цели акции: создание положительного эмоционального фона в детском саду.

Подготовительная работа:

- подготовка листовочек с позитивными высказываниями, установками, пословицами, поговорками, крылатыми фразами, которые вкладываются в кармашки «Аптечки».

Например:

- Улыбнись и весь мир улыбнется тебе.
- Ребенок больше всего нуждается в вашей любви как раз тогда, когда он меньше всего её заслуживает.
- Кто не может взять лаской, тот не возьмет и строгостью.
- Лучшее, что отец может сделать для своих детей – это любить их мать.
- Надежда подобна ночному небу: нет такого уголка, где бы глаз, упорно ищущий, не отыскал, в конце концов, какую-нибудь звезду.
- Все золото мира не имеет никакой ценности; вечны лишь те милосердные деяния, которые мы способны сотворить ради своих ближних.
- Люди одиноки. Потому что вместо того, чтобы строить мосты между собой, люди возводят стены.
- Если бы мы хорошо видели и чувствовали человеческую жизнь, мы бы слышали, как растет трава и как бьется сердце белки.
- Добрые слова оставляют в душах людей прекрасный след, они смягчают, утешают и исцеляют сердце того, кто их слышит.
- Тот, кто ищет цветы, найдет цветы; тот, кто ищет сорняки, найдет сорняки.
- Птица счастья садится только на раскрытую ладонь.
- Святая наука – расслушивать друг друга.
- Самый счастливый человек тот, кто дарит счастье наибольшему числу людей.
- Люди похожи на оконные стекла. Они сверкают и сияют, когда светит солнце. Но, когда воцаряется тьма, их истинная красота открывается лишь благодаря свету, идущему изнутри.
  - **Детские заповеди для мам, пап, бабушек и дедушек и всех взрослых**
  - Кроме еды и одежды мне нужно душевное тепло, сердечность и Ваша любовь.
  - Говорите со мной сердцем и Вашими руками, потому что слова не всегда не всегда мне понятны.

- • Не применяйте ко мне силу. Это приучит меня к мысли, что с позиции силы можно все решить. Я быстрее откликнусь, если меня просто повести за собой.
- • Не давайте лишних обещаний, потому что Вы не можете их выполнить. Я могу утратить доверие к Вам.
- • Не акцентируйте внимание на моих «плохих привычках». Это меня будет только побуждать продолжать делать то же самое.
- • Не делайте замечаний в присутствии людей. Я больше и лучше пойму все, если Вы спокойно поговорите со мной с глазу на глаз, наедине.
- • Сделайте так, чтобы я почувствовал свою значимость и потребность, свое место в планах нашей семьи.
- • Сделайте так, чтобы я никогда не боялся утратить Вашу любовь.
- • Помогите мне понять разницу между добром и злом.
- • Поддерживайте и поощряйте меня к труду, даже тогда, когда я еще делаю сотни ошибок.
- • Не наказывайте меня за неудачи, сама неудача уже является наказанием для меня. Мягко критикуйте и оценивайте, но не меня, а мои поступки.
- И Вы никогда не должны забывать,
- что ребенок учиться делать те вещи, которым вы его учите!
- Если дети живут с враждебностью, они учатся биться.
- Если дети живут со страхом, они учатся бояться.
- Если дети живут с насмешкой, они учатся быть боязливыми.
- Если дети живут с завистью, они учатся разочарованию.
- Если дети живут с поощрением, они учатся доверию.
- Если детей учат делиться, они учатся быть щедрыми.
- Если дети живут в честности, они учатся быть правдивыми.
- Если дети живут в справедливости, они учатся быть справедливыми.
- Если дети живут в доброте и вежливости, они учатся уважать.
- Если дети живут дружелюбности, они учатся понимать, что мир прекрасен.
- *Дороти ЛоуНолт*

Комментарии: «Аптечку для души» можно использовать как самостоятельно, так и как вступительную часть перед семинаром, тренингом, групповой консультацией, круглым столом. Можно также повесить плакат в фойе детского сада, чтобы родители и педагоги, приходящие утром в детский сад получили заряд бодрости и хорошего настроения.

**Акция «Утро начинается с улыбки».**



Педагог-психолог готовит открытки все сотрудникам ДОУ с пожеланием хорошего настроения на весь день.

Дня удачного желаю!  
Пусть хорошим будет он,  
Чтобы выглядеть отлично –  
Как всегда – на миллион!

Чтоб была улыбка светлой,  
Чтобы ум не уставал,  
Чтоб достоинство и важность  
Светлый облик излучал!

Не покинет пусть удача  
Без нее тоскливо всем,  
Больше радостных мгновений,  
Меньше сложностей, проблем!

Пусть удачным будет утро,  
Радостным, хорошим,  
Пусть оно на все другие  
Будет не похожим!

Чтобы были в нем мечты,  
Настроение было,  
Чтоб на все тебе хватило  
Навыков и силы!

Чтоб везло тебе всегда,  
Сложно без удачи,  
Лишь она нам помогает  
Разрешить задачи!

Пусть приятные сюрпризы  
Тонус поднимают,  
А коллеги очень ценят,  
Любят, уважают!

Пусть хорошие идеи посещают твою голову в те моменты, когда они так нужны,  
а плохие пускай обходят ее стороной. А каждая твоя гениальная идея обязательно

будет сегодня замечена начальством, и, впоследствии, щедро оплачена. Пусть сегодня работа будет в радость, и не утомляют никакие задания начальника.

Ты сегодня себе в сумку положи терпение,  
Не забудь к нему прибавить все свое умение.  
А к губам своим приклей милую улыбку,  
И не злись на целый мир, совершив ошибку.

От себя гони скорее скукоту и лень,  
И пусть будет плодотворным твой рабочий день.

Желаю тебе светлого и солнечного дня, в котором солнце светит счастьем, а облака наполнены пушистой нежностью! Пускай лучи скользят по лицу, согревая сердце очарованием жизни и яркостью радуги. И даже дождик, если он придет, станет каждой каплей наполнять душу радостью, ведь сегодняшний день – это подарок жизни, и он должен быть чудесным.

Желаю удачного дня!  
Пусть будет не в тягость родня,  
Коллеги глядят с уважением,  
Начальник пусть даст повышение,  
Зарплату прибавит, любя,  
И в отпуск отправит тебя!

Пусть день заладится с утра,  
Победа будет лишь твоя!  
В любви, делах и развлечениях,  
День проживи ты с наслаждением!

Я желаю позитива,  
Встреч, общения, креатива,  
В общем, понял ты меня –  
Замечательного дня!

Человек без улыбки -  
Это кухня без плитки,  
Это море без чайки,  
Это дом без хозяйки,  
Это кот без хвоста,  
Это хвост без кота!  
Улыбайтесь всегда  
И хорошего дня!!!

Дня прекрасного желаю,  
Пусть удача к тебе поспет,  
Не пилило тебя, чтоб начальство,  
И деньгам потерял бы ты счет!

Рабочий день в разгаре -  
Так будь же ты в ударе!  
Дела пусть удаются,  
А мысли - так и вьются!

Пусть будет день удачным:  
Не скучным и невзрачным,  
А добрым, светлым, ярким,  
Богатым на подарки.

Коллегам улыбайся,  
Терпимей быть старайся.  
Работай веселее -  
И будешь ты бодрее!

День рабочий впереди,  
Много сил тебе так надо,  
Зато опыт - позади,  
Он - прекрасная награда!

Я желаю тебе сил  
И терпения, успеха,  
Чтобы день лишь приносил  
Много радости и смеха!

Добрым пускай будет день,  
Щедрым на улыбки, радость,  
Пусть отступит грусть и лень,  
Чтобы ты не знал про слабость!

### **Акция «Новогодние пожелания»**

Эта акция предназначена для того, чтобы поддержать каждого "жителя детского сада", дать возможность детям помечтать, а взрослым - искренне по-детски улыбнуться.

Отлично подходит для проведения общесадовских и групповых мероприятий в преддверии нового года.

#### Необходимые материалы:

- шкатулка
- записки с добрыми пожеланиями (в большом количестве)

#### Этапы акции:

1. подготовительный этап. Необходимо найти и напечатать как можно больше вариантов добрых пожеланий. Желательно выбирать тексты, ориентированные на каждого независимо от пола, возраста и рода занятий. Загадочности процедуре может добавить, если все записки будут определенным образом свернуты.
2. Основной этап. В шкатулку достаточно вместительного размера насыпаются записки с пожеланиями. Психолог прогуливается со шкатулкой по группам, предлагая уникальную возможность задать важный вопрос вселенной и получить ответ. Все желающие сосредоточенно закрывают глаза, вопрошают у вселенной, а потом тянут записки. То, что происходит дальше, действительно, можно описать словом "волшебство": хмурые начинают улыбаться, серьезные довольно прячут заветный кусочек бумаги в карманы, спокойные начинают прыгать на одной ножке с криком "Спасибо! Спасибо! Спасибо!", недоверчивые радостно просят вытянуть еще раз, неугомонные заботливо тянут к шкатулке своих друзей, азартные тянут несколько и с фразой "А первая была лучше всего!"
3. Обратная связь "Волшебная шкатулка" быстро приобретает популярность и к концу дня в группе царит особая доброжелательная атмосфера. Поскольку лимит на пожелания отсутствует, то каждый вытягивает столько сколько необходимо для ощущения счастья, успеха, умиротворения. Иногда наиболее сознательные и сердечные начинают возвращать пожелания в шкатулку со словами "Пусть еще кому-нибудь станет хорошо".

#### **Психологическая акция «Тайный друг»**

Данная акция предназначена для работы с коллективом ДОУ. Цель акции: способствовать

психологической разгрузке, повышению общего позитивного эмоционального тонуса, развитию

толерантности, доброты и взаимоподдержки.

Сотрудникам необходимо было написать и отправить по 3 письма с пожеланиями своим коллегам.

Подписываться в письмах было необязательно.

## Галерея высказываний философов, писателей «Мысли вслух» (о счастье, добре...)

### «Дружеская открытка»

Проводится таким образом: изготавливается большая открытка и устанавливается в холле детского сада. Все желающие оставляют на ней свои пожелания друг другу.

### "Сердце коллектива"

**Педагог-психолог:** Знаете ли вы, что у каждого коллектива есть свое сердце. Я хочу, чтобы вы сейчас сделали друг другу что-нибудь приятное. Напишите свое имя на листе бумаги и сложите его. Это надо для того, чтобы каждый из вас мог потом вытянуть жребий с чьим-нибудь именем. Я принесла большое сердце, которое и станет сердцем нашего коллектива. Придумайте дружескую приятную фразу в адрес того, чье имя вы вытянули по жребию. Возьмите маленькое сердечко и запишите на нем то, что вы придумали. Затем мы приклеим все маленькие сердечки на наше большое сердце.