

Семинар-практикум

*«Адаптация сотрудников в
НОВОМ КОЛЛЕКТИВЕ»*



Задачи семинара-практикума:

- повышение уверенности в себе;
- развитие взаимопонимания;
- тренировка навыков совместной деятельности;
- формирование и развитие чувства коллективизма;
- снятие эмоционального напряжения.

Упражнение «Рукопожатие или поклон»

Цель: толерантность, уважительное отношение друг к другу, создание положительного настроения, раскрепощение.

Инструкция: участникам предлагается организовать круг и выбрать кем он будет: «европейцем» или «японцем». Каждый из участников идет по кругу и здоровается своим способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются. После выполнения участники садятся на свои места.



Упражнение «Откровенно говоря»

Цели: настрой на дальнейшую работу, сплочение коллектива, помощь в осознании существующих профессиональных проблем, их вербализации, создание положительной атмосферы.

Инструкция: участникам предлагается по очереди вытянуть карточку с незаконченным предложением и попытаться закончить фразу откровенно и честно.

Вывод: независимо от стажа работы у каждого педагога есть трудности, и говорить, что одному работать легче, другому труднее, нельзя. Все работают в равных условиях.

«**Эмоциональное выгорание**» - синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоциональных, энергетических и личностных ресурсов работающего человека. Это реакция организма, возникающая в следствие продолжительного воздействия профессиональных стрессов средней интенсивности. Это несоответствие между требованиями, предъявляемые к работнику, и его реальными возможностями.

«**Выгорание**» - довольно коварный процесс и возникает в результате внутреннего накопления отрицательных эмоций без соответствующей разрядки или освобождения от них. Оно ведет к истощению эмоциональных, энергетических и личностных ресурсов человека. Согласно статистическим данным синдром эмоционального выгорания появляется у 50% педагогов со стажем работы от 5 до 10 лет, у 22% - со стажем от 15 до 20 лет, у 8 % - со стажем от 1 года до 3 лет.

Примечание: на данном этапе участникам можно предложить рассказать о том, у кого возникал такой синдром, как проходил, как решалась проблема. Затрагивая проблему эмоционального выгорания, хочется отметить, что и у опытных педагогов могут быть проблемы, которые в том числе могут влиять на взаимоотношения с новыми сотрудниками.

Упражнение «Крокодил»

Цели: развитие умения понимать вербальные и невербальные сигналы, формирование чувства сплоченности.

Инструкция: группа делится на две команды. Каждой из них предлагается вытащить карточку с пословицей и с помощью жестов, мимики донести до другой команды ее смысл.

Вопросы для обсуждения:

- насколько легко передавать другому человеку какую-либо информацию?
- что мешало?
- как вы думаете, для чего это упражнение?

Выводы: команды получаются смешанными, это позволяет молодым влиться, приспособиться к новым взаимоотношениям, раскрыться. Делая одно дело, педагоги сближаются. Как важно, чтобы коллектив был сплоченным, все проблемы, возникающие в процессе профессиональной деятельности - связаны они с адаптацией, с синдромом эмоционального выгорания или чем-то другим - будут проходить легче или не возникать вообще, если в коллективе создана благоприятная обстановка, благоприятный психологический климат, что зависит от каждого сотрудника без исключения.

Упражнение «Сочиняем стихи»

Цели: раскрытие творческого потенциала, выявление педагогов с лидерскими качествами.

Инструкция: участникам раздаются карточки с неоконченными четверостишиями. Задача - придумать концовку.



Игра «Найди пару»

Цели: развитие умения находить выход из затруднительной ситуации; развитие прогностических возможностей и интуиции; формирование у членов группы установки на взаимопонимание; снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: участники вытягивают карточки с названиями животных. Названия повторяются на двух карточках. Задача: используя любые выразительные средства, характерных для указанного в карточке животного, найди свою пару.



Ритуал прощания. Упражнение «Рукопожатие по кругу»

Инструкция: Начиная с ведущего каждый участник по часовой стрелке передает рукопожатие своему соседу слева. Рукопожатие должно вернуться к ведущему.

Внимание: время на выполнение задания ограничено. Оно соответствует числу, полученному по формуле: $K_y:2-1 K_v$,
где K_y - количество участников, присутствующих на занятии;
 K_v - количество времени в секундах, которое требуется потратить на выполнение задания.

*(Допустим, количество участников 20, следовательно, $20:2-1=9$ секунд).
Одной попытка, как правило, бывает недостаточно, поскольку с первого раза участники не укладываются в отведенное время, опаздывая на 2-3 секунды. Но при повторном выполнении, когда приходит понимание, что от каждого из присутствующих зависит конечный результат (в данном случае уложиться во времени), они начинают работать над собой, ускорять свои движения.*

Памятка для молодых специалистов

Правила поведения и общения воспитателя в ДОО

Старайтесь:

- Иметь в душе прекрасный идеал, высокую мечту и стремиться к ней. Быть лучше, помня, что совершенствованию нет предела.
- Растить профессионально, быть в курсе последних достижений педагогической науки, не останавливаться на достигнутом.
- Быть всегда в равновесии, сдерживая отрицательные эмоции.
- Выходить из конфликтных ситуаций с достоинством и юмором.
- Прощать, сочувствовать, сопереживать, быть великодушным и снисходительным.
- Жить легко, просто и радостно, видеть во всем положительное.
- Быть всегда доброжелательным. Дружелюбие - основа вашего здоровья.
- Всюду наводить порядок и уют, создавать оазис доброты, любви и красоты: в душе, в семье и на работе. Прививайте это детям.
- Быть добрым и честным. Помните, что добро сделанное вами, всегда вернется к вам многократно увеличенным.

Помните:

- «Терпение - дар Неба». Обладающий терпением не унижится до раздражения.
- Всегда есть тот, кому нужна ваша помощь, кому труднее, чем вы.
- Великая миссия женщины - нести в мир любовь, красоту и гармонию.
- Коллектив - это тоже семья. Укрепляйте мир нашей семьи добрыми мыслями, добрыми словами, добрыми делами.
- Ваши объяснения должны быть простыми и понятными детям.
- Когда ребенок разговаривает с вами, слушайте его внимательно.
- Не скупитесь на похвалу.
- Не создавайте конфликтных ситуаций.
- Следите за внешностью и поведением.
- Ваше отношение к работе, людям, предметам - образец для подражания для детей.

Воспитывая детей, стремитесь:

- Любить ребенка таким, какой он есть.
- Уважать в каждом ребенке личность.
- Хвалить, поощрять, ободрять, создавая положительную эмоциональную атмосферу.
- Замечать не недостатки ребенка, а динамику его развития.
- Сделать родителей своими союзниками в деле воспитания.
- Разговаривать с ребенком заботливым, ободряющим тоном.
- Поощрять стремление ребенка задавать вопросы.

В детском саду запрещается:

- Кричать на детей и наказывать их.
- Выставлять проступки детей на всеобщее обозрение.
- Приходить к детям с плохим настроением.
- Обсуждать с родителями поведение чужого ребенка.
- Оставлять детей одних.
- Унижать ребенка.

Подведение итогов

Существует китайская поговорка: «Расскажи мне, и я забуду. Покажи мне, и я запомню. Вовлеки меня - и я пойму и чему-то научусь».

Человек усваивает: 10% то, что слышит, 50% - того, что видит, 70% - того, что сам переживает, 90% - того, что сам делает.

Став участником взаимодействия, лично прочувствовав, пережив и проделав совместно определенную работу, можно что-то понять и сделать выводы.

