МБДОУ «Октябрьский детский сад «Светлячок»

**Занятие с элементами тренинга**

**Тема: «Новогодние посиделки с психологом»**

Дата проведения: 30.12.2022г.

Выступление подготовила:

педагог-психолог: Белишова Светлана Васильевна

С. Октябрьское,2022г.

**Цель:** помочь педагогам осознать ресурсы, которые необходимы им, чтобы поддерживать оптимальный уровень психической энергии.

**Оборудование:**

* новогодняя игрушка;
* карточки с изображением сказочных персонажей («Волшебный сундучок: сказочные герои» (Автор: Ирина Васильева);
* карточки с изображением сказочных волшебных предметов («Волшебный сундучок: чудесные предметы» (Автор: Ирина Васильева);
* плакат с изображением новогодней ёлочки;
* вырезанные новогодние шары с написанной на них буквой из алфавита.

**Ход тренинга.**

1. **Вступительное слово педагога-психолога.**

Здравствуйте уважаемые коллеги! Приближается Новый год! Это тот праздник, который все мы с нетерпением ждём, ожидая от него чудес и волшебства. А, что для вас Новый год? Давайте, передадим по кругу новогоднюю игрушку и поделимся, что для вас значит новый год *(педагоги делятся)*. Завершу наш круг я и для меня Новый год – это возможность красиво нарядиться. Поэтому я предлагаю нам стать участниками новогоднего маскарада.

1. **Упражнение «Мой герой»**

**Цель:** презентация себя.

**Оборудование:** карточки с изображением сказочных персонажей («Волшебный сундучок: сказочные герои» (Автор: Ирина Васильева).

**Описание:** карточки со сказочными персонажами раскладываются на столе в произвольном порядке лицевой стороной вверх. Участникам предлагается выбрать по одной карте. Затем педагоги по очереди выступают от имени своего сказочного героя и что-то рассказывают о себе.

**Текст психолога:** коллеги, я разложила на столе карточки с изображением сказочных персонажей. Подойдите к столу, внимательно посмотрите на них и возьмите ту, которая откликается вам прямо сейчас. Когда вы выберете карточку, возвращайтесь в круг. А теперь я попрошу вас рассказать что-то о себе от имени героя.

1. **Упражнение «Волшебный предмет»**

**Цель:** осознание педагогами своих ресурсов.

**Оборудование:** карточки с изображением сказочных волшебных предметов («Волшебный сундучок: чудесные предметы» (Автор: Ирина Васильева).

**Описание:** карточки с изображением волшебных предметов раскладываются на столе в произвольном порядке лицевой стороной вверх. Участникам предлагается выбрать по одной карте. Затем педагоги по очереди рассказывают о своём предмете:

* Что это за предмет?
* В чём его сила?
* Каким образом он делает вашего персонажа счастливым?
* Хотели бы вы в жизни иметь такой предмет?

После ответа на эти вопросы психолог предлагает педагогам ответить ещё на один вопрос:

* Что в вашей жизни у является альтернативой волшебному предмету?

**Текст психолога:** в сказках всегда есть какой-то волшебный предмет. В детстве многие мечтали иметь такой волшебный предмет. Сейчас у вас появится уникальная возможность выбрать волшебный предмет, который будет помогать вашему герою. Я предлагаю вам подойти к столу и выбрать карточку с изображением такого волшебного предмета. Расскажите о том предмете, который выбрали. В чем его сила? Каким образом он делает ваш персонаж счастливым? Хотели бы вы в жизни иметь такой волшебный предмет? *(Педагоги дают свои ответы.)* А, что в жизни у является альтернативой вашему волшебному предмету? (*Педагоги дают свои ответы.)*

1. **Упражнение «Новогодняя ёлка»**

**Цель:** повышение общего позитивного эмоционального тонуса.

**Оборудование:** плакат с изображением новогодней ёлочки, вырезанные новогодние шары с написанной на них буквой из алфавита.

**Описание:** перед педагогами раскладываются, вырезанные из цветной бумаги новогодние игрушки в виде шаров. На одной стороне шара написана буква. Шары кладутся таким образом, чтобы буква не была видна участникам. Затем каждый педагог берёт один шар и его задача сказать новогоднее пожелание, которое должно начинаться на ту букву, которая написана на шаре и прикрепит свою новогоднюю игрушку к ёлке *(можно на одну из сторон игрушки прикрепить кусочек двойного скотча, чтобы быстрее и легче можно было прикреплять игрушки на ёлочку)*.

**Текст психолога:** наш новогодний маскарад подходит к концу. Я предлагаю нам по традиции украсить новогоднюю ёлку. Украшать мы её будем своими пожеланиями. Перед вами ёлочные игрушки. Возьмите себе по одной *(педагоги выполняют)*. На обратной стороне написана буква алфавита. Ваша задача произнести пожелание, которое начинается на эту букву и прикрепить свой шарик на ёлочку *(педагоги выполняют)*.

1. **Заключительные слова педагога-психолога.**

 Коллеги, у нас получилась замечательная ёлочка. Я желаю всем нам, чтобы всё, что мы сегодня пожелали друг другу обязательно исполнилось. А сейчас я приглашаю всех вас в тёплой дружеской атмосфере выпить чай с вкусняшками и немного пообщаться.