

Серия тренингов на сплочение коллектива «Возьмитесь за руки- 2».

Сплоченность коллектива – это понятие, раскрывающее особенности межличностных отношений в коллективе, единство ценностных ориентаций, единство целей и мотивов деятельности в пределах совместной деятельности. Товарищеские контакты во время работы и по окончании ее, сотрудничество и взаимопомощь формируют хороший социально-психологический климат. Фактор, воздействующий на социально-психологический климат коллектива, обусловлен индивидуальными и психологическими особенностями каждого из его членов. Сквозь призму личностных особенностей человека преломляются все влияния на него как производственного, так и непромышленного характера. Поэтому для формирования того или иного социально-психологического климата коллектива имеют значение не столько психологические качества членов, сколько эффект их сочетания. Общая цель: достичь хороших межличностных отношений (специфики формальных и неформальных организационных связей в коллективе и соотношение между ними), демократического уровня в коллективе, оптимального уровня психологической совместимости коллектива.

Цель: сплочение коллектива и построение командного взаимодействия.

Задачи:

- формирование благоприятного психологического климата внутри коллектива;
- осознание каждым сотрудником своей роли в коллективе;
- раскрепощение членов коллектива, установление контактов между ними;
- развитие умения работать в команде;
- развитие средств эффективного вербального и невербального взаимодействия в коллективе;
- сплочение коллектива.

1. Упражнение: «Поменяйтесь местами те,»

кто сегодня не выспался,
у кого есть один ребенок,
кто испытывает сейчас напряжение,
кто у кого есть мечта,
у кого хорошее настроение,
у кого остались невыполненные дела,

2. Упражнение «Гляделки» прошу всех встать по парам.

Сейчас выполняем вот такое задание: в течение 2 минут смотрим друг на друга. Время пошло... время закончилось, и теперь встанете спинами друг к другу. И ответе на вопросы не оборачиваясь:

- какого цвета глаза у вашего партнера?
- есть ли на лице у партнера родинки, родимые пятна?
- какого цвета помада?
- какая прическа у партнера?

- есть ли цепочка на шее? Серьги в ушах и какие опишите?

Рефлексия: расскажите о своих ощущениях, мыслях после выполнения задания? Кто хочет поделиться ?

3. Упражнение «Комплимент»

Сейчас будем говорить друг другу комплименты. Обмен комплиментами будет происходить в форме диалога по кругу. сначала один говорит, второй послушав обязательно его возвратить: Да, это так! делает комплимент в ответ. И в

завершении собеседники обнимаются. И участники внешнего круга по часовой стрелке сдвигаются, внутренний остается стоять.



Например:

- Таня, ты такой отзывчивый человек!

- Да, это так!

-А у тебя Света, такие красивые глаза!

Анализ упражнения:

1. С какими трудностями вы столкнулись при выполнении данного упражнения?

2. Были ли приятные моменты в упражнении, какие?

4. Упражнение «Клоуны»

Вам дается 5 мин., чтобы придумать и показать жестами сигналы, которые написаны на листке:

1- мне нужна помощь;

2- у меня есть свободное время;

3- прекратите шуметь;

4-успокойтесь;

5-поспешите;

6-я иду на помощь;

7-приходите в гости. (На демонстрацию отводится 10 мин.)

Время на подготовку закончилось. Прошу команды показать сигналы.

Рефлексия: как вам выполнение задания? Кто хочет поделиться ?

5. Упражнение «Веселый паровозик».

Задание: прошу Участников встать по росту в одну линию. от Самого высокого к самому низкому. Запомните свое место, сейчас мы подвигаемся –

походим. и как музыка остановится, построимся вновь по росту. (повтор 2 раза)

Уже быстрее построились.

Теперь покатаемся на паровозе вслепую с главным машинистом, все поворачиваемся направо, сцепляем вагончики. Машинистом становится – маша. Ее задача задавать ритм паровозу. А задача вагончиков слушать и выполнять, маршировать.

А теперь вагончики с закрытыми глазами поедут. Поехали. Давайте попробуем. Машинист маша поехали!!!!

Поменяем машиниста. Теперь машинистом становится второй человек и поехали.

Рефлексия: как вам выполнение задания? Кто хочет поделиться ?

6. Упражнения «Забавные животные»

Игроку показывается карточка или название животного, он должен изобразить это животное без слов, можно издавать только звуки. Кто угадает - тот показывает следующее животное.

7. Упражнение «Счёт до десяти»

«Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти вслух. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее +. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.