

МБУ «Школа №86» СП Детский сад «Веста»

**Использование элементов  
тимбилдинга в работе  
педагога-психолога для  
снятия эмоционального  
напряжения у педагогов**

Педагог-психолог: Николаева Н.А.

# Тематические чаепития

Данная форма дает возможность пообщаться в неформальной обстановке, снизить напряжение и одновременно обсудить, решить, узнать ...







**Во время чаепития можно совместить приятное с полезным – снять усталость, психологическое напряжение, ближе познакомиться с руководством и коллегами, объединиться для общей цели**





# Новогодние посиделки





## **Сплоченности коллектива способствует:**

- совпадение интересов, взглядов, ценностей и ориентации участников группы;
- достаточный уровень гомогенности состава;
- атмосфера психологической безопасности, доброжелательности, принятия;
- активная, эмоционально насыщенная совместная деятельность, направленная на достижение цели, значимой для всех участников





**Традиции и ритуалы –  
создают атмосферу  
приятного ожидания,  
ПОЗИТИВНОГО настроения и  
способствуют сплочению  
КОЛЛЕКТИВА**







## Семинары, консультации, «вертушки», деловые игры



Использование элементов тимбилдинга позволяет повысить эффективность, результативность команды, при этом учесть интересы каждого участника

# Практикумы, дискуссии, творческие мастерские, педсоветы



Тимбилдинг развивает способности нахождения эффективных оригинальных решений и способов поведения в различных ситуациях; повышает осознание рациональности распределения командных ролей и обязанностей



# Тренинги на командообразование

Игровая коррекция поведения - снижение чрезмерного эмоционального напряжения;  
устранение барьеров, зажимов, мешающих продуктивным конструктивным действиям;  
регуляция социальных отношений

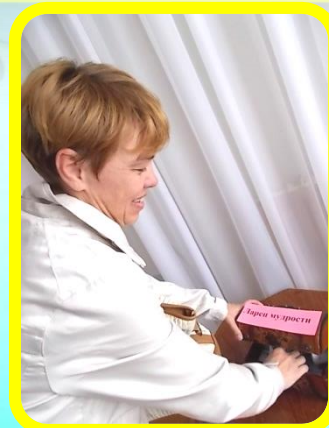


**Специально подобранные игры и упражнения позволяют выявить лидеров, раскрывают потенциал работника, показывают готовность управлять, принимать решения, нести ответственность, выполнять задания**





**Формы  
эмоционального  
тимбилдинга:  
опросы,  
поздравления,  
пожелания,  
сюрпризы,  
«предсказания»,  
«ларец желаний»,  
герой дня,  
фото дня и т.д.**



**Каждый день  
находить  
повод,  
чтобы  
улыбнуться**





Позволяют создать  
положительную  
атмосферу в течение  
дня, недели и т.д.  
Объединить, поощрить  
участников к  
совместной  
деятельности,  
поддержать непрямым  
воздействием





# Игра «Цепочка»

Как выстроить доверие в команде: 6 шагов

1. Доверяйте другим
2. Говорите о проблемах прямо
3. Делитесь важной информацией
4. Выполняйте обещания или предупреждайте заранее, если не можете этого сделать
5. Говорите «нет», когда имеете в виду «нет»
6. Делитесь тем, что вы знаете, и тем, чего не знаете





# Игра «Передай другому»

- Чтобы достичь успеха в командной работе - нужно не только работать, но и уметь общаться, вербально или невербально. Важно уметь слышать друг друга!

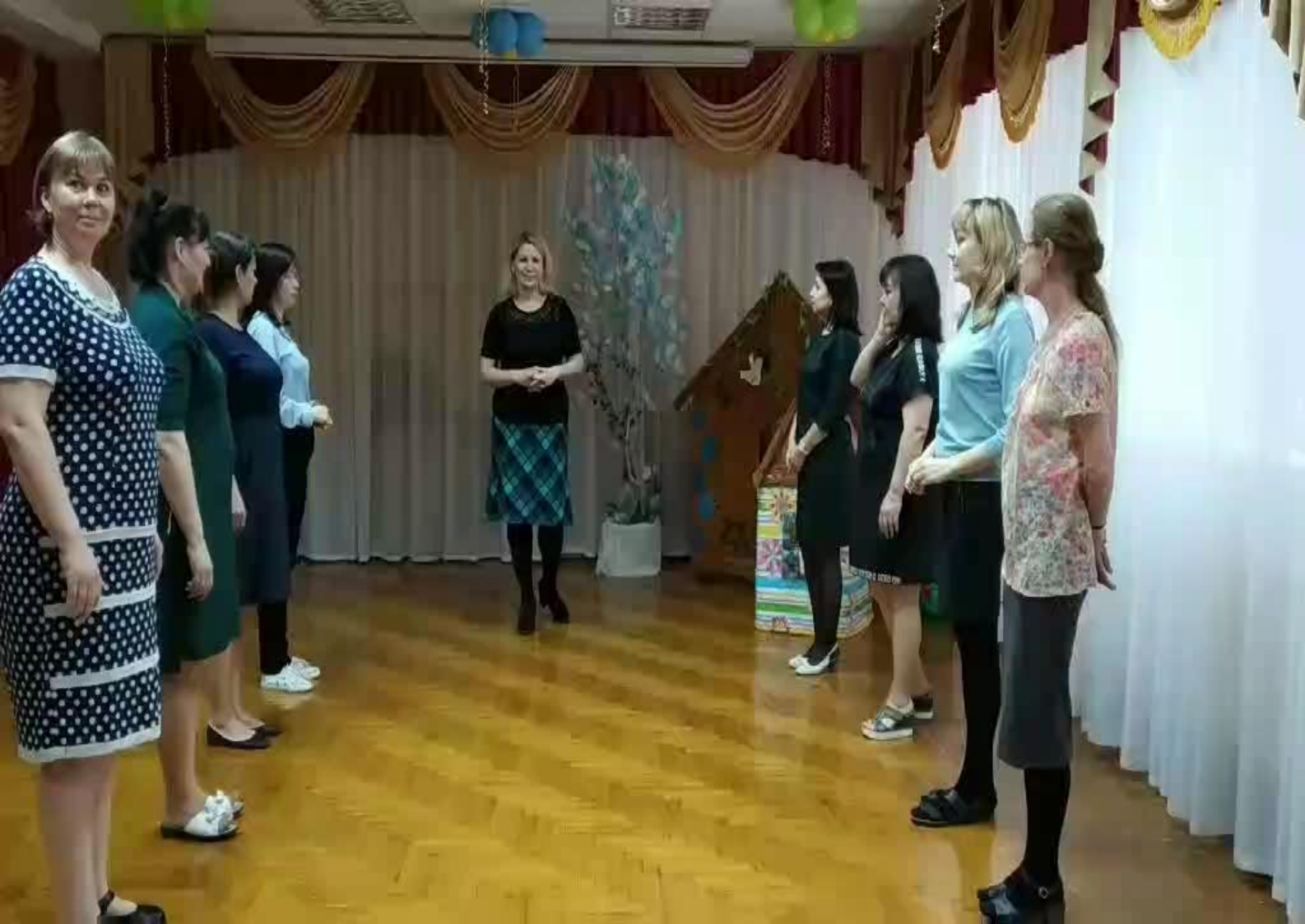




# Игра

## «Самурай-дракон-принцесса»

Очень важно получать  
эмоциональное и  
физическое удовольствия  
от игры, работы  
команды, общих и  
личных результатов





## Постоянная работа в этом направлении позволяет достичь следующих целей:

- **Повысить продуктивность группы, получив максимальный синергетический эффект. В слаженном коллективе результат работы превосходит сумму действий всех участников, если бы они работали по отдельности.**
- **Понизить риск профессионального выгорания. Находясь на правильной позиции в команде, сотрудник чувствует себя комфортнее, его мотивация и удовольствие от работы выше.**
- **Сформировать коммуникации в коллективе. В ходе мероприятий сотрудники имеют возможность пообщаться в неформальной обстановке, построить нужные связи в коллективе.**
- **Распределить роли внутри команды. Есть варианты тимбилдинга, где участникам предлагается выполнить задания на скорость или максимально рационально. Такие мероприятия выявляют лидеров, раскрывают потенциал работника, показывают готовность управлять, принимать решения, нести ответственность, выполнять задания.**
- **Сплотить коллектив и повысить лояльность. На командообразующих мероприятиях можно совместить приятное с полезным – снять усталость, психологическое напряжение, ближе познакомиться с руководством и коллегами.**
- **Разрешить конфликтные ситуации или снизить градус напряжения.**
- **Использование элементов тимбилдинга благоприятно влияет на атмосферу в коллективе в целом и в частности.**

**Спасибо за внимание**