

БӨЛІМ: ПСИХОЛОГИЯ

Ұжымдағы достық қатынасы

ЖАРИЯЛАНДЫ
15.08.2017СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/15948/>

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Кушекова Парасат Ерсайновна

Мақсаты: Ұжымда жағымды психологиялық ахуал қалыптастыру, кәсіби құлшынысын арттыру, жігерлендіріп, көңіл-күйін көтеру, қарым-қатынастың белсенді стилін дамыту.

Қажетті құралдар: стикер, А4, форматтары түрлі түсті қарандаштар, түрлі түсті қағазы т.б.

Тренинг жоспары:

1.Сәлемдесу

2. «Орныңды жылдам ауыстыр»
3. «Өзге емес, өзім айтам, өз жайымда»
4. Кіру парағын толтыру
5. «Жұдырықты ашу» жаттығуы
6. «Теңдік шеңбері» жаттығуы.

7.«Мимикалық ситуация» жаттығуы

8. «Ақша қар» жаттығуы
9. «Менің әсерім» жаттығуы
10. «Тілек лентасы» жаттығуы

11.«Құпия дос» ойыны

12. Шығу парағын толтыру
13. Сәлемдесу

Мақсаты: Адам үшін ең әуелі амандасу басталған жаңа күннің жақсылығы деп қарау керек. Қазір біз сіздермен ойын ойнаймыз, қимылды тез жасауларың керек. «Бастаймыз» деген белгі берілгенде, мен қалай амандасу керек екенін айтамын, сонда сіздер бір-бірлеріңмен тез-тез амандасасыздар. Әр адаммен әртүрлі амандасасыздар. Сонымен, көзбен... қолмен... иықпен... құлақпен... тіземен... өкшемен... арқамен.

2.«Орныңды жылдам ауыстыр» жаттығуы

Нұсқау: Ойыншыларға команда беріліп отырады.

А)«Кімнің киімінде қалтасы бар, солар орын ауыстырсын»;

Ә) «Құлағында сырғасы бар»;

Б) «Жұмысқа көлікпен келгендер»;

В) «Қолынан үнемі ұялы телефон тастамайтындар»;

Г) «Жұмысқа таңертең сегіз отызда келгендер»;

Д) «Қыс айларында дүниеге келгендер»;

Сол кезде осы команданың қатысы бар ойыншылар жылдам орындарын ауыстыруы керек

3.Өзге емес, өзім айтам, өз жайымда»

Мақсаты: Тренингке қатысушылармен танысу және олардың жаңа қырларынан тану. Тренингке қатысушы өзінің есімімен қатар бір жасқсы қасиеттің айтып кету қажет.

4.Кіру парағын толтыру Әр бір ұстазға кіру парақшалары беріледі, парақшаларға тренингке кіру кезіндегі ойын жазады.

5. 5. «Жұдырықты ашу» жаттығуы

Мақсаты:Мұғалімдер арасында бір-біріне деген сыйластықты, мейірімділікті, сенімділікті қалыптастыру.

Нұсқау:Топ екіге бөлінеді. Бірінші топ жұдырықтарын түйіп отырады, ал екіншісі сол жұдырықты ашуға тырысу керек. Оны күшпен емес, жақсы сөз, комплимент айтып ашуы керек. Екі топ алмасып әрі қарай жалғастырады.

6. «Теңдік шеңбері» жаттығуы.

Мақсаты: Мұғалімдер өз кемшіліктері мен жетістіктерін көре алады, кемшіліктерін жоюға мүмкіндік алады.

Нұсқау: Шеңбер салынады. Шеңбердің іші сегіз сызықпен бөлінеді. Әр сызыққа бір өмірлік құндылықтарын жазады. Әр құндылыққа реттік сан қойылады. Сандар қойылғаннан кейін әр құндылықты қосамыз. Барлық деңгейдегі нүктелерді қосады.

Сонда өзінің өмірлік дөңгелегі, шеңбері пайда болады.

7.«Мимикалық ситуация» жаттығуы

Қатысушылар екі топқа бөлінгеннен кейін олардың топ басшылары ортаға шығып карточканы таңдайды. Онда «Махаббат», «Бұзықтық», «Қызығушылық», «Сыйластық» тақырыптар берілген. Әр топ өз тақырыптарына байланысты мимика, панто-мимикалық ситуация құрайды. Қалған екі команда олардың басты тақырыбын табады.

8. «Ақша қар» жаттығуы

Мақсаты: Мұғалімдердің дене қозғалысын дамуына ықпалы ету, достықпен берілген тапсырманы шешу.

Нұсқау: ұстаздар екі топқа бөлінеді, оларға бес жіп беріледі, жіпті айқастырады, содан қарандашты жіптің үстіне қойып, пластикалық қалыптың ішіне салады.

9. «Менің әсерім» жаттығуы

Мақсаты: ұстаздардың бүгінгі тренгтен алған әсерін анықтау

Нұсқау: Мұғалімдерге бір бет ақ қағаз беріледі, соны ұзыннан жыртады да, бүгінгі тренингтен алған әсерін бейнелу.

10. «Тілек лентасы»

Мақсаты: ұжымдағы достықтың ұранын биік ұстау

Нұсқау: Ұстаздарға әріптестерінің есімі жазылған лента таратылады, лентаға тілек жазып сол қолының білегіне байлайды.

11.«Құпия дос» ойыны

Әрбір қатысушыға 1 бланкілі ашық хат (открытка) ұсынылады. Әрбір қатысушы 1 ойыншыға тілек жазулары керек. Ашық хатты әдемілеп безендіреді. Хат кімге арналғандығын жазады. Кімнен екені жазылмайды, құпия болып қалады. Ашық хат пошта жәшігіне салынады. Келесі күні жүргізуші жәшікті ашып, хатты хат иелеріне тапсырады.

12. Шығу парғын толтыру

Әр бір ұстаз шығу парақшасына тренингтен алған әсерін жазады.

Қорытынды:

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.