

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Жақсы көңіл-күй сыйлайын

ЖАРИЯЛАНДЫ
01.12.2021СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/111898/>

Тренинг. Жаксы көңіл күй сыйлайын.

Балабақшаның педогог қызметкерлеріне арналған психологиялық тренинг.

Балабақшамызда педагогтер мен жұмысшы қызметкерлерге арналған «Жақсы көңіл-күй сыйлайын» атты психологиялық тренинг өтті. Мақсаты: Балабақшадағы педогог, қызметкерлердің психикалық көңіл-күйлерін көтеру. Өздеріне құрметпен қарау. Ұжымда сыйластық қарым-қатынас орнату арқылы адамгершілікке, достыққа, өзара түсінушілікке, көңілді, мейірімді ұйымшыл болуға баулу.

Барысы: Қадірлі әріптестер, бүгін сіздердің психикалық көңіл-күйлеріңді көтеруге, өзіңізге құрметпен қарауға, бір-бірімізбен сыйластық қарым-қатынаста болуға арналған тренингке ұйымшылдықпен қатысуға шақырымын.

Қазіргі заманда ұстаз, тәрбиешіден құрметті маман жоқ. Бұл қиында қызықты мамандық. Ал, қазіргі заман талабына лайықты, білімді, ғылыми жаңашылдықты, өнер мен саясатты білетін ұстаз, бұл- «шебер ұстаз» делінеді.

1. «Танысу жаттығуы» Ойынға қатысушы амандасу ретінде бір-бірінің көңіл-күйлерін сұрайды. Жаттығуға қатысушылар өз есімдерімен таныстады. Есімдерінің қойылу тарихын әнгімелеп береді.

2. Жаттығуға қатысушыларға тест жүргізіледі. «Сіз мейірімді адамсыз ба?»

Мақсаты: Әркім-ақ өзін «кеңпейілді», «мейірімді адаммын»- деп, есептейді немесе сондай жандардың қатарында болғысы келеді. Кімнің болсын өзі туралы жақсы ойлауға қақысы бар емес пе? Бірақ шын өмірде қандайсыз, міне мәселе осында. Қазір сіздің қаншалықты мейірімді екеніңізді байқап көрелік. Берілген сұрақтарға ия немесе жоқ деп жауап беріңіз.

3. Психолог: Тест ұсынады. «Қандай ағашты таңдайсыз?»

Мақсаты: Әркім өзінің қандай екенін білу үшін

Барысы: Суреттегі ағаштардың бірін таңдап алыңыз. Әрине қайсысы көзіңізге ерекше түсті, соның реттік санына қараңыз. Егерде суреттегі ағашты таңдап болсаңыз, өзіңіз

жайлы психологиялық тест жауабымен танысыңыз. Сіз қандай екенсіз?

4. 1) Ойлануға арналған жаттығулар.

Мақсаты: Бір-бірімізді жақын тану үшін бір-бірімізді көзіміз арқылы сипаттау.

Барысы: Ойынға қатысушылар екі жұптан бөлінеді. Екі жұп бір-бірінің көз жанарына үңіліп қарау арқылы бір-бірін сипаттайды.

Мысалы: Айгүл сенің көзің күлімдеп тұр. Айнұр сенің көзің ойлы көз,- деген мағынада,

2) Ойлануға арналған жаттығудың екінші бөлімінде ойынға қатысушы екі жұп бір-біріне қарап отырып, бірінші жұп қарсы жұптың бес жасындағы кезін сипаттайды. Екінші жұп болса қарсы жұптың он жасында қандай болғанын сипаттайды. Әр адам ойлау арқылы қарсы жұп туралы жүйеле сипаттап айтады. Дұрыс айтылса, ия «дұрыс» деп, қате айтылса «дұрыс емес», мен мынадай болдым деп өзі айтып шығуы қажет.

5. Сергіту жаттығуы. «Орындарымен ауыстыру»

Ойынға қатысушылар шеңберге тұрады. Содан соң туған айларына қарай орындарын ауыстырады. Әрі қарай да солай жалғастырады

Ойын жәй ғана саз әуенімен орындалады. Екі-үш рет ойналады.

6. Психолог сөзі. «Жүректен шыққан жылы сөз, жүрекке жол табады» демекші, жылы сөз адамдарды достастырады, сабырлы болуға, денсаулығын сақтауға, көңілін көтеруге, ашуын қайтаруға себебін тигізеді. Әрбір айтылған жылы сөзді адам жүрегімен қабылдайды. Сондықтан да қолдан келгенше бір-біріне жылы сөздер айтқан дұрыс. Олай болса бір-бірімізге тілек тілейік. Қатысушылар шеңбер құрып тұрады. Бір-біріне сағаттың тілінің бағыты бойынша жүрекшені ұсына отырып, кезекпен достық тілектерін білдіреді. Ойын тренингіне қатысқаныңыз үшін рахмет.