

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 276»

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ ДС № 276

от 13.05.2018 2018 г.

**План работы психологических гостиных для воспитателей и
младших воспитателей
на 2018-2019 год**

Педагог-психолог
Гончарова М.А.

г. Красноярск 2018г.

«Психологическая гостиная»

Психологическая гостиная — это комплекс мероприятий, которые специалист проводит с **целью** оказать психологическую поддержку, удовлетворить потребности человека в самореализации, раскрыть творческий потенциал, повысить профессиональную компетентность.

Идея психологической гостиной в ДОУ: психологически здоровый педагог (персонал) обучает и воспитывает психологически здорового ребенка.

Задачи:

- обучить педагогов (персонал) способам регуляции психоэмоционального состояния;
- сформировать в коллективе благоприятный психологический микроклимат;
- провести профилактику стрессовых ситуаций, эмоционального выгорания педагогов;
- сформировать мотивацию к профессиональному и личностному самосовершенствованию.

Встречи в психологической гостиной проходят один раз в месяц в соответствии с тематическим планом, продолжительность — 30-40 минут

Форма психолого-педагогической работы с педагогами ДОУ, объединяет общие интересы педагогов, приобщение к общению и сотрудничеству друг с другом.

Ведущий гостиной педагог-психолог.

Основные направления деятельности

- Профилактика: сохранение и укрепление психологического здоровья.
- Психопросвещение: формирование потребности в психологических знаниях и желание использовать их в работе с ребёнком или в интересах собственной личности, достичь понимания необходимости практической психологии; повышение уровня психологической культуры.
- Психодиагностика по запросам.
- Психологическая коррекция: разработка рекомендаций, использование психотерапевтических техник и упражнений.

В работе «Психологической гостиной» используются **элементы** арт-терапии, игровой терапии, музыкотерапии, фототерапии.

Деловые игры и упражнения помогают снять психическую напряженность, усиливают чувство собственной значимости, развивают навыки эффективной коммуникации и взаимодействия.

Игровые формы работы стабилизируют самооценку, устраняют чувство одиночества, развивают способности к осознанию важнейших чувств, связанных с изменением взаимоотношений в семье, коллективе, обществе. Кроме того, игра развивает: вербальную активность — умения сформулировать мысль и использовать ее в качестве диалога; невербальные средства общения — коммуникации без слов, при помощи «прочтения» мимики, жестов, пространственного расположения партнеров друг относительно друга и т. п.

Арт - терапевтические техники создают условия для самопознания, саморазвития и творческого самовыражения.

Психологическая гимнастика упражнения способствует гармонизации внутреннего мира педагога, ослабляют его психическую напряженность.

Релаксационные методики снимают эмоциональное напряжение, способствуют саморегуляции, мышечному расслаблению.

Аутотренинг способствует самовнушению положительных установок, направленных на личностное и профессиональное развитие. Важная часть в комплексе общей работы — чаепитие за общим столом. После затронутых на встрече тем и эмоциональных процессов этот организационный момент будет способствовать продолжению живого контакта и еще большему сближению участников группы. Чтобы участники не унесли с собой негативные или неотработанные сильные переживания, встреча завершается кругом единения.

Результатом работы «Психологической гостиной» будет являться отзыв участников о проведенных встречах; созданный продукт, в том числе небольшие видеоролики на актуальную тему.

Критерии эффективности работы: отзывы, желание на дальнейшее сотрудничество, использование приобретенных умений и знаний на практике.

Тематический план работы «Психологической гостиной»

Название	Сроки проведения	Задачи	Форма проведения
«Дерево пожеланий»	Сентябрь	Установить доброжелательную атмосферу между участниками занятия; выяснить профессиональные проблемы педагогов; развить творческий потенциал; снять эмоциональное напряжение	Тренинг с использованием арт-терапевтической методики «Рисуем деревья с помощью коктейльных трубочек»
«Мое Я»	Октябрь	Изучить личностные особенности участников; создать условия для личностного роста, мотивировать к самопознанию, выработке формул позитивного мышления	Тренинг с элементами арт-терапии
«Педагог — профессия творческая»	Ноябрь	Развить профессиональное самосознание, творческий потенциал, коммуникативную компетентность педагогов; развить творческие способности через необычные способы применения обычных вещей	Круглый стол, мастер-класс по изготовлению паспарту

«Как-то зимним вечерком»	Декабрь	Сплотить коллектив, развить коммуникативные навыки; создать положительный эмоциональный настрой	Круглый стол
«Стремимся к бесконфликтному общению»	Январь	Дать информацию о конфликтных ситуациях; способах разрешения конфликтов; развить коммуникативную компетентность педагогов; обучить конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций	Круглый стол
«Улыбнись! И тебе улыбнутся в ответ»	Февраль	Дать возможность осознать свою индивидуальность; помочь наладить эффективное взаимодействие с окружающими; скорректировать эмоциональное отношение педагогов к себе; найти резервы работы	Тренинг на повышение самооценки и уверенности в себе
«Я счастливая!»	Март	Создать положительный эмоциональный настрой и атмосферу в группе; активизировать и сблизить педагогов; уменьшить психическое	Тренинг уверенности в себе

		напряжение; повысить уверенность педагогов в себе	
«Я хочу, я могу, я умею»	Апрель	Скорректировать эмоциональное отношение педагогов к себе; найти резервы работы	Тренинг на повышение самооценки и уверенности в себе
«Мечты о лете»	Май	Обучить навыкам саморегуляции и расслабления; сформировать положительное эмоциональное состояние педагогов	Тренинг с элементами арт-терапии и релаксации