**Тема: «Школа молодого педагога. Наши эмоции, чувства, индивидуальные особенности и ценности»**

Брилякова Анна Николаевна, преподаватель

ОГБПОУ «Черемховский медицинский техникум», г. Черемхово

Жила-была пожилая китайская женщина, у которой было два больших кувшина. Они свешивались по концам коромысла, лежащего у неё на плече.

У одного из них была трещина, в то время как другой был безупречным и всегда вмещал в себя полную порцию воды.

В конце длинного пути от реки к дому старой женщины кувшин с трещиной всегда оставался заполненным лишь наполовину.

В течение двух лет это происходило каждый день: старая женщина приносила домой всегда только полтора кувшина воды.

Безупречно целый кувшин был очень горд своей работой, а бедный кувшин с трещиной стыдился своего недостатка и был расстроен, что он может делать только половину того, для чего он был сделан.

Спустя два года, которые, казалось, убедили его в бесконечной собственной непригодности, кувшин обратился к старой женщине:

- Мне стыдно из-за моей трещины, из которой всю дорогу к твоему дому всегда бежит вода.

Старая женщина усмехнулась.

- Ты заметил, что на твоей стороне дорожки растут цветы, а на стороне другого кувшина - нет? На твоей стороне дорожки я посеяла семена цветов, потому что знала о твоём недостатке. Так что ты поливаешь их каждый день, когда мы идём домой.
Два года подряд я могла срезать эти чудесные цветы и украшать ими стол. Если бы ты не был таким, какой ты есть, то этой красоты не было бы и она не оказывала бы чести нашему дому.

У каждого из нас есть свои совсем особые странности и недостатки.
Но есть особенности и трещины, которые делают нашу жизнь столь интересной и достойной.

Мы часто говорим о совершенствовании системы образования и забываем о том, что, прежде всего, в этой системе работают люди, имеющие свои проблемы, опыт и мировоззрение. Именно от их настроения, жизненного тонуса зависит качество обучения. Добиться душевного спокойствия и равновесия можно в том случае, если тебя окружают любимые и любящие люди, ты осознаешь ценность этих людей, чувствуешь поддержку и понимание. Используя простой диагностический тест, возможно, определить, кто из окружения и какую роль играет в жизни человека.

Психолого-диагностический тест называется «Живой дом».

Необходимо на листе бумаги написать семь имён (пронумеровать каждое имя, не зависимо от степени близости), наиболее значимых и важных для диагностируемого человека людей.

На этом же листе нарисовать:

1. Фундамент
2. Стены
3. Крышу
4. Окна
5. Чердак
6. Трубу
7. Двери

Каждой части дома необходимо присвоить номер значимого человека по своему усмотрению, куда-нибудь в дом тестируемый помещает себя.

Результаты тестирования:

*Фундамент* - это главный мастер, духовная часть, ваша опора;

*Стены* **-** люди, которые создают эмоциональный фон вашего настроения;

*Окна* **-** это ваше будущее, ваши ожидания

*Чердак* **-** важное, скрытое, секретное

*Труба* - человек, от которого вы ждёте поддержки

*Дверь* **-** человек, который даёт информацию

*Крыша* - защита, человек который оберегает

В нашей власти облечь свои чувства в слова и сказать другому человеку, насколько он важен для нас, любим и значим!

Просто нужно каждого воспринимать таким, какой он есть, и видеть в нём хорошее.

Наиболее просто и ярко эту фразу подтверждает притча о городе.

Как-то шёл один путник из города в город и на пути своём, у ворот нового города сидела пожилая женщина, путник подал ей, и спросил её:

 - Я переселяюсь в этот город. Скажи мне, пожалуйста, каких людей я встречу в этом городе?

 - А какие люди жили в том городе, где ты был прежде? - спросила его женщина.

 - Ты знаешь, - ответил путник, - это были злые и неприятные люди?

 - Тебе не повезло, - сказала старая женщина, - в этом городе живут точно такие же люди.

......Шёл второй путник. Он тоже подал женщине и задал ей тот же вопрос. На что женщина опять спросила:

 - А какие люди жили в том городе, откуда ты идешь?

- Ты знаешь, - ответил второй путник, - это были хорошие, очень добрые люди, мне было очень жаль расставаться с ними?

 - Тебе повезло, - сказала женщина, - в этом городе ты встретишь множество точно таких же хороших людей?

Очень важно в профессии педагога уметь не только определять эмоциональное состояние обучающегося, но и честно и корректно выражать свои эмоции.

С этой целью предлагается молодым педагогам выполнить следующие задания.

 Упражнение 1 *«Без маски»*

Каждому участнику дается карточка с написанной фразой, не имеющей окончания. Без всякой предварительной подготовки он должен продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним.

Примерное содержание карточек:

«Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня...»

«Иногда люди не понимают меня, потому что я...»

«Верю, что я...»

«Мне бывает стыдно, когда...»

«Особенно меня раздражает, что я...»

«Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...» и т. п.

По завершению выполнения упражнения проводится рефлексия.

Определяется сходство и различие в высказываниях, и их искренность.

Упражнение 2 *«Чувства»*

*Инструкция:*Давайте попробуем назвать несколько слов, обозначающих разные чувства (любовь, агрессия). По очереди называйте слова и записывайте их на доске.

Обсуждение:

Какое из названных слов точнее всего отражает предлагаемые чувства?

Какое чувство вы испытываете чаще?

Какое из названных чувств чаще выражают окружающие вас люди и вы?

Упражнение 3*«Молчащее и говорящее зеркало»*

Ведущий предлагает выйти в круг добровольцу, который «будет смотреть в зеркало».

*Инструкция:*Твоя задача — только по «отражению в зеркалах» отгадать, кто из участников группы подошел сзади. Одно «зеркало» будет живым, но молчащим: оно сможет объяснять тебе, кто находится за твоей спиной, только при помощи мимики и жестов. Второе «зеркало» — говорящее, оно будет объяснять, что это за человек, не называя его имени. Выбери из группы свои «зеркала».

«Зеркала» встают рядом у стены. Основной игрок — перед ними. Все остальные участники группы располагаются за его спиной и бесшумно подходят к нему сзади. Отражение в «зеркалах» происходит по очереди. Сначала работает молчащее «зеркало». Если основной игрок не угадал человека за спиной, то в игру вступает говорящее «зеркало» и произносит только одну фразу. Если игрок опять не угадывает, то снова отражает молчащее «зеркало» и так далее. Задача игрока — отгадать человека за спиной как можно быстрее.

### Упражнение 4 *«Тренинг со стульями»*

По количеству участников тренинга кругом выставляются стулья так, что бы их можно было обойти. Группе необходимо синхронно выполнить задание в такой последовательности: всем, сесть на стулья, встать за спинку, поднять стул на уровень груди, опустить, пройти на исходную позицию и снова сесть на стул. До начала тренинга дается 1 минута на подготовку, во время которой брать в руки стул нельзя. Во время выполнения задания разговаривать нельзя. Если правила будут нарушены, группа начинает выполнять упражнение снова. У группы есть всего две попытки. После выполнения тренинга проходит анализ.

# Очень важно, чтобы окружающие вас люди понимали Вас, поддерживали и верили в ваши силы, что дает возможность достичь многого в жизни.

# *Притча о вере*

Однажды к мудрецу пришла женщина. Выглядела она изнеможенной и уставшей.

— Здравствуй, мудрец, — промолвила она.

— Здравствуй, добрая женщина, — ответил ей Старец, — Что привело тебя ко мне?

— Одолели меня проблемы и заботы. Погрязла в них, выбраться не могу. Помоги мне, мудрец. Я совсем веру в себя потеряла.

— Дам я тебе один камень. Будешь носить его всегда с собой.

— Чем он может мне помочь? — засомневалась женщина.

— Когда тебя сомнения одолеют, ты вытащи из кармана камешек, посмотри на него и посиди немного.

Взяла женщина в руки камень и отправилась домой.

По дороге рассматривала она камень. И так крутила, и эдак. Ничего в нем волшебного не нашла. Вернулась домой, а там уж проблемы навалились пуще прежнего. Целый день крутилась она как белка в колесе. Вечером только вспомнила про камень. Села, вытащила из кармана камешек и задумчиво на него уставилась.

Через некоторое время на камне надпись стала проявляться. Присмотрелась женщина и увидела слова "Я верю в тебя!". Удивилась она, да спать отправилась.

С утра опять камень достала и на надпись посмотрела. Улыбнулась и пошла делами своими заниматься. И спорилось в этот день у нее все в руках, и настроение было отличное.

Понемногу проблемы уладились, жизнь налаживаться стала, и решила женщина поблагодарить мудреца за камень. Пришла она к мудрецу и говорит:

— Спасибо тебе, мудрец, за камень волшебный. Помог он мне.

— Камень самый обычный, на берегу подобрал, — ответил ей старец.

— Я видела на нем надпись "Я верю в тебя!", — изумилась женщина.

— Она была у тебя в голове, ты просто о ней забыла. А теперь ступай домой и не теряй больше свою веру в себя. А если потеряешь, возьми в руки камень и посмотри на него.

Женщина отправилась в обратный путь. Она бережно держала в руке камень со своей верой.

Никогда не слушай людей, которые пытаются передать тебе свой пессимизм и негативное настроение…Они отнимают у тебя веру в собственные силы!
Не забывай о силе слов! Думай лишь о хорошем и учи видеть хорошее других!