**Психологическая квест -игра для педагогов «Ключи от мира детства»**

Подготовила: педагог-психолог Афанасьева А.Б.

Дата проведения: 27.01.2020

*Антуан де Сент- Экзюпери писал: «Я пришел из детства, как из страны. Нам, взрослым, следует чаще думать, какими красками мы раскрасили страну детства для пришедших туда наших малышей. Эта страна пока еще полностью в наших руках, и мы за нее по-настоящему в ответе».*

**Цель:** осознание своих внутренних состояний; воссоединение со своей внутренней, открытой и эмоциональной частью личности.

**Задачи:**

- оживить детские воспоминания;

- осознать и переработать свои детские впечатления и переживания;

- осознание личностных качеств и развитие поведенческих характеристик.

- сплочение коллектива, создание благоприятного психологического климата, сотрудничества, совместного творчества.

**Участники психологической квест-игры:** воспитатели и специалисты ДОУ.

**Оборудование:** ключ, нагрудники; распечатанные на листе А4 – детские пустышки; загадка о банте; атласные ленты/банты; психологический тест «Мой внутренний мир»; карандаши; запись легкой, спокойной музыки; конверты с заданием; две «волшебные» корзинки.

**Ход занятия**

Здравствуйте! Приглашаем Вас на психологическую квест-игру «Ключи от детства». Сегодня нам предстоит пройти непростой, но увлекательный и интересный путь.

Внутри нас присутствуют три состояния: Ребенок, Родитель и Взрослый. Каждое из состояний отвечает за свои проявления в человеке. И каждое состояние должно находиться на своем месте.

Внутренний Ребенок – это самая яркая, самая эмоциональная часть нашей личности. Именно благодаря ему мы можем творить, любить, радоваться жизни, удивляться, восторгаться… но и печалиться и грустить – тоже. Короче говоря, все, что касается эмоций и их выражения связано исключительно с фигурой Внутреннего Ребенка. Его девиз «Я хочу».

Может показаться, что с годами этот Внутренний Ребенок перестает существовать. Большие дяди и тети, мы четко знаем, что хорошо, а что плохо, осуждаем всевозможные безрассудные поступки и давно уже не верим в чудеса. Мы разумны и рациональны. Мы забываем о существовании нашего Внутреннего Ребенка, не выполняем его заветные желания. Поэтому наши эмоции запрятаны глубоко внутри нас.

Для погружении в МИР Детства давайте немного разомнемся и поиграем.

**Игра «Снежный ком»** (Грудицына Н.Г., 1998) Цель игры: развитие фантазии, умения внимательно слушать, развитие слуховой и образной памяти. Играют все желающие, сидя в кругу.

Первый передает соседу слева ключ (можно имитирующий его предмет или ключ воображаемый) со словами «Я продаю тебе ключ от королевского замка». Сосед передает ключ дальше, быстро повторив эту же фразу, и так далее, пока ключ не вернется к первому игроку.

Первый игрок произносит фразу: «Я продаю тебе шнурок, на котором висит ключ от королевского замка». Играющие передают ключ, повторяя слова первого.

**Третий круг** сопровождается словами: «Я продаю тебе мышонка, который перегрыз шнурок, на котором висит ключ от королевского замка».

**Четвертый круг:** «Я продаю тебе кошку, которая съела мышонка, который перегрыз шнурок, на котором висит ключ от королевского замка».

**Последний круг:** «Я продаю тебе собаку, которая покусала кошку, которая съела мышонка, который перегрыз шнурок, на котором висит ключ от королевского замка». Стараться произносить всю фразу быстро, не пропустив ни одного слова.

После завершения круга ведущий подводит слушателей к мысли о совместной работе.

**-**Сегодняшняя наша встреча будет посвящена использованию интерактивных форм в работе педагога.

Сейчас предлагаю окунуться в мир детства, чтобы найти нашего Внутреннего Ребенка. И первый наш шаг в поисках «счастливого Внутреннего Ребенка» – это упражнение «Ассоциации».

**1. «Ассоциации».**

– Какие возникают ассоциации у Вас со словом «детство»?

Например, мороженное, разбитые коленки, каникулы у бабушки в деревне, косички с большими бантами, ласковые имена – Леночка, Ирочка, Светочка и т. д.

– Замечательно, для каждого из вас слово «детство» означает что-то очень позитивное, теплое, радостное и счастливое. Теперь мы можем открыть нашу «волшебную» корзинку.

В корзинке лежат нагрудники, детские пустышки, игрушки и конверт со следующим заданием.

Воспитатели одевают нагрудники, детские пустышки на шею и превращаются детей. И перед нами уже сидят – не Ирина Степановна, а Ирочка, не Наталья Михайловна, а Наташенька, не Алла Владимировна, а Аллочка.

**2. Представьте…**

Представьте, что вы ходите в одну группу детского сада и воспитательница принесла для игры новую куклу, она была такая красивая, что вам всем непременно захотелось в нее поиграть. Как вы бы поступили в детстве в этой ситуации. Разыграйте ее. Каждый участник за яркую роль получит фразу, из которой в конце вы получите загадку, для прохождения следующего этапа нашей игры.

Загадка.

Розовая бабочка

С крылышками в складочку

Никуда не улетает

На косичках обитает.

Ответ: Бант.

– Бантики – это нежный, романтичный, элегантный и в тоже время стильный элемент одежды, обуви, сумок и аксессуаров. Всем нам известно, бантики первое украшение девочек ведь их можно приколоть куда угодно, и они будут смотреться наивно по-детски и игриво, они подойдут и девушке подростку и женщине бальзаковского возраста.

**3. «Завяжи подружке бант».**

– Подскажите нам, девчата,

Как фантазию развить,

Где красивый модный бантик

Необычно применить?

Участницы делятся на пары и завязывают красивые бантики друг другу: на ноге, голове, шее, руке и т. д.

После выполнения задания психолог просит рассказать о своих ощущения (что чувствовали, когда им завязывали бантики, и когда они завязывали бантики своему партнеру, о себе что-либо дополнительно (по желанию участника).

На дне корзинки с атласными ленточками и бантами находится конверт со следующим заданием.

– А теперь мы с вами попробуем узнать, что скрывает наше подсознание и выполним тест «Мой внутренний мир».

**4. Психологический тест «Мой внутренний мир».**

– Суть проста: дорисовываем 6 предложенных фигур таким образом, чтобы в итоге получились какие-нибудь завершенные, цельные предметы/объекты/образы – на ваш выбор.

Далее пишем одно прилагательное на каждый получившийся предмет/объект/образ.

И, наконец, смотрим результаты.

№1 – это вы, человек. Таким вы видите себя.

№2 – окружение. То, что вы видите вокруг себя.

№3 – ваша жизнь в целом.

№4 – дух, интерпретация вашей жизни в духовном плане.

№5 – отношение к семье.

№6 – отношение к любви.

– Обратите внимание на те категории, где упомянуты не очень приятные прилагательные, и сделайте вывод о том, какая из составляющих вашей жизни не приносит радости, в какой сфере вы чувствуете дискомфорт.

– А сейчас я Вам предлагаю расслабиться, вспомнить самое приятное место из своего детства.

**5. Медитация «Встреча с ребенком внутри себя».**

– Начинаем с расслабления. Примите удобную позу. Ваше тело расслаблено. Глаза закрыты. Сделайте несколько глубоких вдохов и медленных выдохов.

«Представьте себя в каком-нибудь тихом и уютном месте. Может быть, это будет светлая роща ранним солнечным утром: слышите, как звонко поют птицы? Может быть, это будет маленький песчаный пляж на берегу ласкового синего моря, мягко освещенного закатным солнцем. Волны плавно накатываются одна за другой, тихо шуршат по песку… Попытайтесь вспомнить самое приятное место из своего детства, место, где вы чувствовали себя комфортно.

Теперь вспомните себя таким, каким вы были в детстве, - в три, четыре, пять лет…

Представьте, что этот малыш стоит перед вами. Попытайтесь понять, что он чувствует. Выглядит ли он радостным или печальным? Может быть, он рассержен или обижен на кого-то? Может быть, он чего-то боится?

Погладьте малыша по голове, улыбнитесь ему, обнимите его. Скажите, что любите его, что теперь всегда будете рядом с ним, будете поддерживать его и помогать ему. Скажите: «Я люблю тебя. Я принимаю тебя таким, какой ты есть. Ты прекрасен! Я хочу, чтобы ты был счастлив».

После этих слов представьте, что малыш улыбается вам в ответ и обнимает вас крепко – крепко. Поцелуйте его, скажите, что ваша любовь неизменна и всегда остается с ним: «Я всегда с тобой. Я люблю тебя!». Теперь отпустите малыша, помашите ему на прощание рукой».

– А сейчас медленно сделайте глубокий вдох – выдох, откройте глаза. Скажите себе: «Я совершенна. Я принимаю и люблю себя полностью. Я создаю свой прекрасный мир, наполненный радостью и любовью».

**6. Подведение итогов.**

– Психологический квест всегда завершается достижением поставленной цели. Поздравляем! Вы замечательные педагоги – вам удалось найти настоящее сокровище – самих себя!

– Путь ваш был труден, но интересен, не правда ли? Хочется пожелать вам не забывать о своем Внутреннем Ребенке, жить с ним в гармонии и выполнять его самые заветные желания.

.