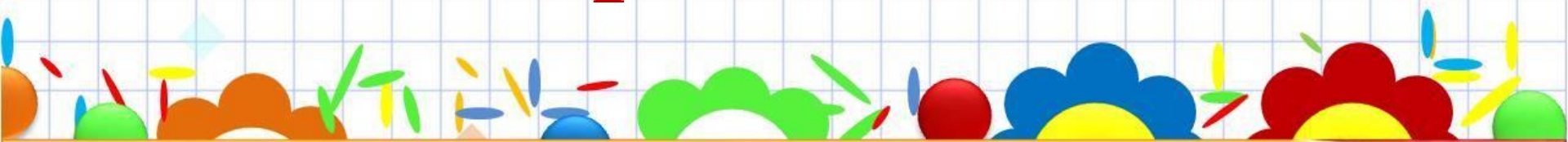


**«Успешный учитель»
«Позитивный настрой
на хороший день»**



- *Вокруг нас может твориться все, что угодно...*

Но помните, главный выбор ВСЕГДА за вами!

Злиться, нервничать или отпустить ситуации.

- *Что дают вам негативные эмоции и переживания?*

Ничего, кроме плохого самочувствия, подавленности, усталости и болезней...

Давайте будем использовать настрой на хороший день, чтобы дела делались?

Погладьте себя по голове

Обнимите себя

Пожмите руку правого

соседа

Погладьте по спине левого

соседа

Улыбнитесь друг другу

-Ниточку души от каждого из вас
В руки бережно взяла я сейчас.

Мы соткём из ниточек урок,
Он знакомства нашего исток.

А исток начало многих дел.

Я хочу, чтоб каждый захотел

Прямо здесь и слушать, и читать,

Думать, говорить, мечтать.

Пусть каждая минута будет только для Вас

Пусть каждый момент будет подарок от нас!

Надеюсь, ваше настроение улучшилось?

Одну ладонь кладите на затылок ,
другую- на лоб. Закройте глаза и
подумайте о любой негативной
ситуации .Сделайте глубокий вдох
– пауза-выдох – пауза .Мысленно
представьте себе ситуацию еще раз
, **НО ТОЛЬКО В ПОЛОЖИТЕЛЬНОМ**
аспекте.

Оценка профессиональной направленности личности учителя



Упражнение “Подарок”

- Участники тренинга встают в круг, и психолог предлагает каждому участнику подарить следующему участнику подарок, передавая игрушку, но подарок должен быть эмоционально окрашен, например: “Ольга Ивановна я дарю вам доброту, потому, что мы с вами добрые люди, а Ольга Ивановна говорит я согласна или не согласна и дарит следующему участнику подарок в виде эмоции, пожелания...”

Спасибо!