

«ШКОЛА ЛИДЕРА».
ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ И ОРГАНИЗАТОРОВ
ШКОЛЬНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ «ДАР» МАОУ СОШ № 98

создана педагогами школы на основе
методических рекомендаций и пособий Л.И. Уманского,
А.Н. Лутошкина и М.И. Рожкова

Процесс подготовки учащихся к организаторской деятельности представляет собой сложное развивающееся педагогическое явление, в котором активно взаимодействуют объективные и субъективные факторы формирования личности.

В подготовке школьников к организаторской работе можно выделить *три главных структурных компонента*:

первый — **информационный**. Детям в различной форме сообщается разнообразная информация, необходимая для их участия в решении организаторских задач;

второй — **операционный**. Он включает в себя формирование у учащихся организаторских навыков и умений на основе практического применения управленческих знаний в моделированных управленческих ситуациях. Осуществляется во время различных занятий, знакомящих учащихся с методами решения организаторских проблем;

третий — **практический**. Управленческая практика, в процессе которой закрепляются приобретенные знания, навыки и умения, корректируются управленческие действия.

В основе обучения и воспитания учащихся-организаторов лежат следующие основные принципы:

- **компенсаторной подготовки** учащихся, предполагающий выделение доминирующих направлений подготовки, адекватных наименее развитым качествам личности учащихся;
- **взаимосвязи формирования** у учащихся организаторских знаний и организаторской практики, т. е. их практического участия в решении организаторских задач;
- **вариативности** в определении содержания, форм и методов формирования организаторских качеств в зависимости от интересов и потребностей учащихся;
- **преемственности** в формировании организаторских знаний и умений при решении организаторских задач различного уровня.

Большое значение имеет овладение детьми организаторской техникой, включающей две группы умений.

К первой относятся организаторские знания, умение владеть собой (осанкой, мимикой, жестами), управлять своим эмоциональным состоянием (снимать излишнее психическое напряжение, вызывать состояние творческого самочувствия), владеть техникой речи (дикция, темп).

Ко второй относится умение сотрудничать с коллективом и каждым его членом в процессе решения организаторских задач (организаторские, бесконфликтного взаимодействия, стимулирования деятельности и т. д.).

Организаторская техника — не самоцель, а важное средство успешной деятельности школьника-организатора, совокупность способов достижения цели.

Одно из главных условий подготовки организаторов — стимулирование их работы над собой. Мы предлагаем некоторую схему такой работы, сочетающую самодиагностику и разработку программы самосовершенствования.

Организуя других, организатор должен начать прежде с себя. Он должен всегда обращаться к анализу своего поведения, своих поступков, как бы смотреть на себя со стороны. Мы предлагаем методику самооценки таких качеств, которые может использовать каждый подросток, стремящийся к лидерству. После анализа полученных результатов, методика которого также дается в программе, мы предлагаем ряд советов, позволяющих самим сформировать у себя недостаточно развитые качества.

Но прежде нужно ответить на вопросы предлагаемого ниже теста, рассчитанного на подростковый возраст.

МОГУ ЛИ Я БЫТЬ ЛИДЕРОМ-ОРГАНИЗАТОРОМ?

Если ты полностью согласен с приведенным утверждением, то в клеточку с соответствующим номером поставь цифру «4»; если скорее согласен, чем нет — цифру «3»; если затрудняешься сказать — «2»; скорее не согласен, чем да — «1»; полностью не согласен — «0».

Карточка ответов может выглядеть следующим образом

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40

Вопросы

1. Не теряюсь и не сдаюсь в трудных ситуациях.
2. Мои действия направлены на достижение понятной мне цели.
3. Я знаю, как преодолевать трудности.
4. Люблю искать и пробовать новое.
5. Я легко могу убедить в чем-то моих товарищей.
6. Я знаю, как вовлечь моих товарищей в общее дело.
7. Мне не трудно добиться того, чтобы все хорошо работали.
8. Считаю важным, чтобы те, кого я организую, были дружными.
9. Я умею распределять свои силы в учебе и труде.
10. Я могу четко ответить на вопрос, чего хочу от жизни.
11. Я хорошо планирую свое время и работу.
12. Я легко увлекаюсь новым делом.
13. Мне легко установить нормальные отношения с товарищами.
14. Организуя товарищей, стараюсь заинтересовать их.
15. Любой человек для меня — открытая книга.
16. В любом окружении я — признанный лидер.
17. Если у меня плохое настроение, я могу не показывать это окружающим.
18. Для меня важно достижение цели.
19. Я регулярно оцениваю свою работу и свои успехи.
20. Я готов рисковать, чтобы испытать новое.
21. Первое впечатление, которое я произвожу, обычно хорошее.
22. У меня всегда все получается.
23. Хорошо чувствую настроение своих товарищей.
24. Я умею поднимать настроение в группе моих товарищей.
25. Я могу заставить себя утром делать зарядку, даже если мне этого не хочется.
26. Я обычно достигаю того, к чему стремлюсь.
27. Решая проблемы, использую опыт других.
28. Принимая решения, перебираю различные варианты.
29. Я умею воздействовать на товарищей, если считаю это нужным.
30. Умею правильно подобрать людей для организации какого-либо дела.
31. В отношениях с людьми я достигаю взаимопонимания.
32. Стремлюсь к тому, чтобы меня понимали.
33. Если в работе у меня встречаются трудности, то я не опускаю руки.
34. Я хорошо представляю, как завоевать авторитет среди людей.
35. Я стремлюсь решать все проблемы поэтапно, не сразу.

36. Я никогда не поступал так, как другие.
37. Нет человека, который устоял бы перед моим обаянием.
38. При организации дел я учитываю мнение товарищей.
39. Я нахожу выход в сложных ситуациях.
40. Считаю, что товарищи, делая общее дело, должны доверять друг другу.
41. Никто и никогда не испортит мне настроения.
42. Я никогда не испытываю чувства неуверенности в себе.
43. Не существует проблемы, которую я не могу решить.
44. Мне неинтересно заниматься однообразным, рутинным делом.
45. Мои идеи охотно воспринимаются моими товарищами.
46. Я умею контролировать работу моих товарищей.
47. Я умею находить общий язык с людьми.
48. Мне легко удается сплотить моих товарищей вокруг какого-либо дела.

После заполнения карточки ответов необходимо подсчитать сумму очков в каждом столбце (не учитывая баллы, поставленные за вопросы 8, 15, 22, 29, 36, 41, 42, 43).

Эта сумма определяет развитость лидерских качеств:

- А — умение управлять собой;
- Б — осознание цели (знаю, что хочу);
- В — умение решать проблемы;
- Г — наличие творческого подхода;
- Д — влияние на окружающих;
- Е — знание правил организаторской работы;
- Ж — специфические качества личности организатора;
- З — умение работать с группой.

Если сумма в столбце меньше 13, то качество развито слабо и надо работать над его совершенствованием, если больше 13, то это качество развито средне или сильно. Но прежде чем сделать заключение о том, лидер ли ты, обрати внимание на баллы, выставленные при ответах на вопросы 8, 15, 22, 29, 36, 41, 42, 43. Если на каждый из них поставлено более 1 балла, мы считаем, что ты был неискренен в самооценке.

Теперь, когда подросток имеет представление о своих качествах лидера, можно предложить несколько **советов**, как улучшить недостаточно сформированные качества.

СОВЕТЫ БУДУЩИМ ЛИДЕРАМ

ЕСЛИ У ОПРОШЕННОГО НИЗКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ «А»:

1. Стремись изучить себя. Посмотри на себя внимательно в «зеркало». Подумай, что привлекает людей в тебе, а что отталкивает. Ответь на вопрос: Что можно сделать, чтобы быть более уверенным в жизни ?
2. не бойся выражать свои чувства. Тебе могут поверить только тогда, когда ты переживаешь. Не бойся переживать и признавать свои чувства.
3. Добивайся установления тесных личных отношений с окружающими. Ищи поддержку в окружающих, но не стремись переложить свое волнение и напряжение на них.
4. Спокойно принимай свои неудачи и учись на них. Это необходимо, так как неудачи — это тоже опыт, правда, о котором иногда приходится жалеть.
5. Оценивай, чего ты стоишь. Нужно давать правильную оценку своим удачам. Это придаст тебе уверенности.

ЕСЛИ У ОПРОШЕННОГО НИЗКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ «Б»:

(необходимо подростку предложить ответить на вопросы):

- действительно ли твои цели важны для тебя?
- реальны ли твои цели?
- вкладываешь ли ты в достижение целей достаточно сил?
- соответствуют ли твои цели новым обстоятельствам?
- достаточно ли ты привлекаешь к достижению целей окружающих?

ЕСЛИ У ОПРОШЕННОГО НИЗКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ «В»:

(постарайся найти ответы на следующие вопросы):

- удается ли мне правильно выделить в проблеме главное?
- рассматриваю ли я различные варианты решения проблемы?
- или «хватаюсь» за первый, который мне сразу понравился?
- изучаю ли я опыт других, прежде чем принять решение?
- насколько при принятии решения я учитываю реальную ситуацию (время, люди, материальные средства)?

поддерживают ли мои решения мои товарищи?

ЕСЛИ У ОПРОШЕННОГО НИЗКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ «Г»:

(то школьник может ответить на следующие вопросы):

- ценю ли я творческий подход в других людях?
- готов ли я к неопределенности?
- верю ли я в свои творческие способности?
- могу ли я порвать с традициями?
- испытываю ли я потребность в переменах?

ЕСЛИ У ОПРОШЕННОГО НИЗКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ «Д»:

(мы предлагаем некоторые ключевые шаги для установления хороших личных взаимоотношений):

- взгляни на другого человека и обрати на него внимание;
- увяжи для себя имя человека с его индивидуальными характеристиками;
- «наведи мосты» между вами при помощи рукопожатия, доброго взгляда или жеста;
- вырази заинтересованность в общении с человеком и установлении с ним добрых отношений;
- раскрой свои мысли и чувства;
- будь готов подбодрить другого человека.

ЕСЛИ У ОПРОШЕННОГО НИЗКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ «Е»:

(необходимо обратиться к правилам организаторской работы)

Они вбирают в себя наиболее общие и существенные особенности организаторской деятельности как единого процесса практики управления людьми. Предложенный в данной работе вариант «правил» — модификация, разработанная Л. И. Уманским, — «Памятки школьнику-организатору» рассчитан на решение организаторской задачи средней трудности.

ЕСЛИ У ОПРОШЕННОГО НИЗКИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ «З»:

(Необходимо прислушаться к следующим советам):

- у каждого лидера есть свой «почерк», манера, способ в организации коллективных дел. Эти свойственные лидеру приемы воздействий на личность или на группу называют стилем работы, таких 4 стиля. (см.: ниже)

ПРАВИЛА ОРГАНИЗАТОРСКОЙ РАБОТЫ

1. Выясни условия выполнения организаторской задачи и свои полномочия:
 - выдели в задаче главное и второстепенное;
 - выясни время выполнения задачи;
 - уточни свои права и обязанности, кому подчиняешься ты, кто подчиняется тебе;
 - определи место выполнения задач и материальные средства, которые тебе необходимы для ее выполнения;
 - повтори задание.
2. Подготовься к выполнению задания:
 - изучи опыт других, посоветуйся с педагогами;
 - сделай предварительную расстановку людей;
 - исходя из реальных возможностей составь план.
3. Подготовь к выполнению задания своих товарищей:
 - обсуди план со всеми участниками выполнения организаторской задачи;
 - учти поправки и замечания, высказанные твоими товарищами, прими коллективное решение действовать.
4. Расставь людей, учитывая их возможности:

- распредели работу между товарищами с учетом их способностей, имеющихся у них знаний и умений;
- за каждый участок, каждую часть работы должен отвечать один человек, даже если эту часть работы выполняют двое;
- каждый должен знать свои права и обязанности.

5. Согласовывай свои действия:

- постоянно получай информацию о ходе работы на всех участках от своих помощников — младших организаторов;
- поддерживай связь с теми, кому ты подчиняешься, получай от них информацию о всех изменениях в задании;
- интересуйся опытом других, выполняющих подобные задания, используй этот опыт для внесения изменений в ход выполнения задания.

6. Обучай и инструктируй своих помощников:

- подробно объясняй своим помощникам их задачу на определенный период работы;
- указывай своим помощникам на их ошибки, оказывай; помощь в преодолении трудностей, но не подменяй их;
- подготавливай своих товарищей к выполнению роли организаторов в дальнейшем.

7. Учитывай и контролируй работу и расход материальных средств:

- привлекай к учету и контролю за работой и расходом материальных средств своих помощников;
- осуществляй учет времени, отведенного на выполнение частей работы;
- давай оценку работе своих товарищей только на основе достоверных данных;
- старайся выполнить задачу при наименьшем расходе материальных средств, требуй от своих помощников их экономного расходования.

8. Будь внимателен в период завершения работы:

- требуй отчета о работе от своих помощников;
- при возникающих затруднениях на отдельных участках организуй помощь;
- организуй сдачу неиспользованных материальных средств.

9. Экономно расходуй свое время и силы:

- осуществляй руководство выполнением задания через своих помощников;
- решай самые главные вопросы, не отвлекайся на мелочи, которые могут решить твои помощники;
- оказывай помощь в работе на самом трудном участке.

10. Итоговый анализ — залог успешной работы в дальнейшем:

- анализируй работу со своими помощниками и со всеми ее участниками, выявляя положительный опыт, промахи и ошибки;
- давай оценку работе на основе конкретных результатов;
- старайся поощрить, отметить работу своих помощников.

Если выяснилось, что у потенциального лидера недостаточно развиты организаторские способности (показатель Ж), то объясните ему, что надо сделать для их развития, пусть пробует себя в организации различных дел.

Вот **советы**, которые могут помочь ему в этом:

- ❖ поставь себя на место другого человека. Как он или она смотрит на мир? Что значит быть в его положении?
- ❖ поразмысли над тем, что интересует другого человека. Во что бы он или она вкладывали свои силы? О чем они говорят?
- ❖ установи, что влияет на поведение человека. Есть ли силы или обстоятельства, приведшие к переменам в нем?
- ❖ можешь ли ты определить стиль общения с конкретным человеком?
- ❖ работай над созданием открытых доверительных отношений, располагай к себе

людей.

Советы лидерам:

- ❖ изучить интересы, увлечения, способности товарищей;
- ❖ при распределении организаторских заданий опираться не только на способности ваших помощников, но и на те задатки, которым надо помогать развиваться;
- ❖ чаще обращаться за помощью и с просьбами к знатокам, умельцам, «эрудитам» в организации различных дел. От этого и делу польза, и ребятам приятно — их способности замечены и не лежат мертвым грузом;
- ❖ иметь в виду, что не может быть совершенно равных способностей у всех и ко всему. Подходи к каждому человеку индивидуально. С учетом этого строй свои требования к нему.

I. Разящие стрелы. Призывающий, настаивающий, жестоко требующий. Эффективен в еще только складывающихся коллективах.

II. Возвращающийся бумеранг. Советующий, консультирующий, коллегиальный, требующий. Эффективен в сложившихся коллективах.

III. Снующий челнок. Уговаривающий, просящий, компромиссный. Эффективен в зависимости от ситуации.

IV. Плывущий плот. Соглашающийся, уступчивый, не вмешивающийся. Эффективен только как вспомогательный.

Остановимся на двух важных (но ими не ограничиваемся) аспектах организаторской техники: правилах организаторской работы и понимании организатором людей, с которыми он решает задачу. На первом этапе ознакомления с организаторской деятельностью школьников они являются наиболее значимыми.

В процессе подготовки лидеров-организаторов очень важно, чтобы дети приобрели необходимые коммуникативные навыки и умения.

Лидер-организатор должен усвоить ряд правил, разработанных на основе обобщения исследований многих специалистов по общению.

Как говорить?

1. Следи за тем, чтобы слушатель правильно тебя понял.
2. Обдумай фразу, прежде чем ее высказать.
3. Старайся высказать мысль в достаточно краткой форме.
4. Высказывая новую мысль, убедись, что предыдущую собеседник понял правильно.
6. Высказывайся ясно и определенно.
7. Не старайся, чтобы собеседник во всем соглашался с твоим мнением.
8. Говори вежливо.

Как слушать?

1. Будь терпелив, дай высказаться товарищу.
2. Твое настроение не должно мешать тебе понимать собеседника.
3. Слушая, старайся выделить и запомнить наиболее существенные моменты.
4. Не занимай сразу отрицательную позицию к тому, что ты слушаешь.
5. Следи за тем, чтобы для тебя и говорящего слова имели одинаковый смысл.
6. Старайся поставить себя на место говорящего.

Понять товарища это:

- прогнозировать его действия в будущем;
- точно пересказать, что сказано им;
- согласовать программу дальнейшего взаимодействия;
- найти пути решения возникающих трудностей;
- выяснить, чем вызвана его точка зрения на явление, если она не соответствует твоей.

Собираясь выразить недовольство деятельностью человека, вспомни о следующих принципах:

- критические замечания высказывай не «за спиной» критикуемого, а ему непосредственно и желательно наедине;
- присутствие третьего лица усиливает защитную реакцию и усугубляет проблему;
- не сравнивай поведение данного человека с поведением других. В этом есть

элемент унижения. Нужно, чтобы человек почувствовал, что он сам может сделать требуемое от него и лучше, чем до сих пор;

- критикуй лишь те действия, которые в состоянии изменить;
- показывай свое неудовольствие голосом и ни в коем случае не гримасами;
- избегай злости и сарказма;
- не начинай свою речь с выражения: «Я уже давно хотел сказать...», а также избегай слов «всегда» и «никогда». Обычно они свидетельствуют о предвзятости и, кроме того, напоминают о старых «грехах». Это затрудняет принятие критики;
- не ожидай и не требуй открытого признания вины. Достаточно, что тебя выслушали;
- не извиняйся за свои замечания;
- если ты этого члена организации никогда не хвалил, не ожидай, что на твою критику он отреагирует положительно.

Несколько советов, как выслушивать критические замечания:

- смотри на человека, который с тобой говорит;
- сохраняй спокойствие и дай понять, что слушаешь;
- не создавай впечатления, что говорящий портит тебе настроение;
- не шути, не меняй тему разговора;
- не приписывай собеседнику, чего он не говорил;
- если критическое замечание высказано не строго, а вопросами, не используй этот факт, как повод для полемики;
- уточни, что же имелось в виду;
- не предполагай, что твой критик руководствуется скрытыми враждебными мотивами;
- дай говорящему понять, что ты его замечания понял, например, повтори их своими словами.

ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ШКОЛЫ ЛИДЕРА.

Занятие 1.

Ведущий: «Мы начнем с того, что каждый по кругу назовет свое имя и скажет несколько слов о себе. Перед этим предлагают каждому из вас взять по табличке и написать на ней свое имя. Не обязательно это будет ваше настоящее имя, вы можете назвать себя по-другому. Если вы решили взять другое имя, то, представляясь, скажите и настоящее, а потом попытайтесь сказать, почему вы решили его сменить. Через одно-два занятия мы запоем, как зовут друг друга, и сможем обходиться без табличек. Может быть, те имена, которые были взяты на сегодня, потом и не понадобятся, но если нужно, каждый сможет взять свою табличку и, например, что-то рассказать о себе под другим именем. Начинаем».

Учимся расслабляться.

Ведущий рассказывает о том, что в случаях, когда испытываешь напряжение, «зажатость», тревогу, можно помочь себе, расслабляясь с помощью простых приемов, которые помогают не только почувствовать себя комфортнее и спокойнее, но и создать условия для более взвешенного, обдуманного поведения, которое не наносит ущерб интересам другого человека. Затем он проводит три упражнения на релаксацию (см. 8).

1) «Сядем поудобнее. Спина расслаблена, опирается на спинку стула, руки спокойно лежат на коленях. Можно закрыть глаза. Сделаем по десять глубоких медленных вдохов и выдохов. Чтобы замедлять их, вдыхая, сосчитаем про себя до семи, а выдыхая - до девяти. Можно и не считать - смотря как легче. Начнем»,

По окончании: «Теперь можно закрыть глаза. Расскажем, что испытали, что почувствовали, выполняя это упражнение. Можно, я начну?» Ведущий в данном случае показывает, как можно говорить о своих чувствах, стараясь описать то, что испытал, поподробнее.

2) «Другой способ расслабиться можно было бы назвать «Волшебное слово». Например, когда мы волнуемся, мы можем произнести про себя это волшебное слово, и почувствуем себя немного увереннее и спокойнее. Это могут быть разные слова:

«покой», «тишина», «нежная прохлада», любые другие. Главное, чтобы они помогли вам. Давайте попробуем».

По окончании ведущий спрашивает, какие «волшебные слова» подобрал каждый из участников и что он почувствовал.

3) Еще один способ успокоиться и расслабиться. Вспомните, вообразите себе ситуацию, которая обычно вызывает у вас волнение, напряжение. Произнесите про себя несколько утверждений о том, что вы чувствуете себя уверенно, спокойно. Но эти утверждения должны быть положительными. Например, не «я не волнуюсь», а «я спокоен» и т.д. Начнем».

По окончании ведущий спрашивает, *кто какие словосочетания использовал, что почувствовал* и просит, если не трудно, рассказать о том, *какие ситуации вспомнились*.

Данное упражнение способствует не только усвоению подростками простых навыков саморегуляции и созданию комфортной и доверительной атмосферы в группе, но и тому, что участники группы начинают более открыто и полно выражать свои чувства.

«Глаза в глаза».

Ведущий говорит о том, что в обычной жизни зачастую люди довольствуются поверхностными, неглубокими контактами друг с другом, не пытаясь увидеть, что чувствует, переживает другой, после чего предлагает участникам занятия в течение 3—5 минут смотреть в глаза другим, стараясь установить контакт с каждым членом группы. По окончании ведущий спрашивает о чувствах, испытанных во время упражнения, *кому и почему было трудно установить зрительный контакт*. Это упражнение помогает установить на этапе знакомства более глубокий и доверительный контакт между участниками группы.

Далее ведущий предлагает правила поведения группы, также они распространяются и на него самого. После прочтения правил ведущий разворачивает плакат с этими правилами, который после этого всегда висит на занятиях. Дается обещание соблюдать правила. Ведущий произносит слово «обещаю», участники группы – тоже.

Занятие 2.

Коллективный счет (разогревающая психотехника)

Техника на каждый день. Участники стоят в кругу, опустив головы вниз и не глядя друг на друга. Задача группы - называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Общей целью группы становится ежедневное увеличение достигнутого числа при уменьшении количества попыток. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число. В некоторых группах участники бывают достаточно сообразительны, что не договариваясь начинают последовательно произносить числа натурального ряда по кругу. Обнаружив это, ведущий может похвалить участников за сплоченность и находчивость, но предлагает отказаться от этого приема. Опыт подтверждает, что более сплоченные группы успешнее справляются с этим упражнением.

«Муха в квадрате» (тренинг личностного роста, групповое взаимодействие)

Мысленно представим поле для крестиков-ноликов, состоящее из девяти квадратов. В центральном квадрате сидит муха. Задача состоит в мысленном перемещении мухи ходами вверх-вниз, вправо-влево. Участники делают последовательно по одному ходу. Запрещено делать челночные ходы (туда-сюда). Нельзя вылетать за

границы поля. Может использоваться и как разогревающая методика. Со временем можно усложнить задачу, модернизировав плоское поле в объемное (куб).

«Спина к спине».

Ведущий говорит о том, что на группе имеется возможность ПОЛУЧИТЬ опыт общения, недоступный в повседневной жизни. Двое участников группы садятся спиной к спине друг к другу и стараются в таком положении в течение 3-5 минут поддерживать разговор. По окончании они делятся своими ощущениями.

Ведущий может спросить:

- *было ли это похоже на знакомые житейские ситуации, например, телефонный разговор}, в чем отличия:*

- *легко ли было вести разговор;*

- *какой получается беседа - более откровенной или нет.*

Остальные участники группы также могут поделиться своими чувствами.

Занятие 3.

Испорченный телефон (разогревающая психотехника)

Участники встают в колонну по одному. Ведущий встает в конец колонны. Все повернуты к нему спиной. Хлопком по плечу он предлагает повернуться к нему лицом впереди стоящего. Затем он жестами показывает какой либо предмет. Первый участник поворачивается лицом ко второму и так же хлопком по плечу просит его повернуться и показывает предмет, который передает третьему, третий четвертому и т.д. последний участник называет предмет. Условия все делается молча, только жестами можно попросить повторить. Участники не должны поворачиваться до тех пор, пока предыдущий участник не хлопнет его по плечу.

Печатная машинка (групповое взаимодействие)

Все участники встают в линию или в круг. Группе дается задание прочитать четверостишие (предложение, словосочетание), например:

У лукоморья дуб зеленый,

Златая цепь на дубе том

Но не хором, а следующим способом. Участники последовательно произносят по одной букве, пробел – вся группа делает хлопок руками, перевод каретки – топают ногой. Запятые и точки тоже можно как –нибудь обозначить. Ошибившийся выбывает, когда остается три человека вся группа начинает сначала.

Значимые люди.

Материалы: бумага, наборы цветных карандашей.

Ведущий просит подростков нарисовать трех самых значимых для него людей. Это могут быть не обязательно те, с кем он постоянно общается в настоящее время, но непременно те, кто значит для него больше, чем все остальные кого он или она знал, кто для него дороже всех. Ведущий так же выполняет рисунок.

После того, как рисунки выполнены, ведущие просят участников группы по очереди показывать рисунки, рассказывая при этом об изображенных там людях:

- Кто они
- Чем значимы для подростка, чем дороги
- Чтобы они хотели сказать, если бы они оказались рядом с ними

Если кому – то из участников группы действительно хотелось бы поговорить с дорогим ему человеком, можно использовать практикуемую в гештальттерапии технику «пустого стула».

Занятие 4.

Для разогрева используем техники, либо нестандартное приветствие, либо нестандартное приветствие, либо испорченный телефон, «Бегущие огни».

Колечко (тренинг личностного роста, адекватность)

Оборудование: на роль колечка хорошо подходит сердечник от изолянта, для детей можно использовать что – то яркое, например заколку. Группа выходит из комнаты. Ведущий размещает колечко в комнате так чтобы оно было в поле зрения участников. Например, повесить на гвоздик, одеть на горлышко бутылки, положить на стол, где и так куча всяких предметов, заколку можно приколоть к занавеске. Группа заходит в комнату и молча ищет колечко. Нашедший молча и не показывая виду, что он нашел, садится на свое место. Чем меньше остается ищущих, тем сложнее найти предмет. Последнему приходится совсем тяжело.

Ассоциации.

Водящий (участники группы вызываются на 'эту роль добровольно) выходит, остальные участники группы загадывают кого-то из оставшихся. Водящий по ассоциациям должен отгадать того, кто загадан группой. Перед началом игры ведущий объясняет, что все вопросы водящего должны быть однотипны — па что или на кого похож то'1. кого загадали:

на какое время суток, на какое время года; на какую погоду: на какой день недели: на какой цвет радуга и т.д. Следует особо напомнить, что задание нужно выполнять так, чтобы не задеть самолюбия, не оскорбить того, кто был загадан.

Данное упражнение помогает участникам группы подготовиться к получению обратной связи, а других упражнениях.

Занятие 5

15 слон (самоконтроль)

Ведущий предлагает участнику назвать 15 слов, начинающихся на определенную букву, с условием, если пауза между словами составляет более 5 секунд, то участник делает одно приседание. Подразумевается, что участник находится перед своей группой.

Коллективная арифметика (сотрудничество)

Участвую! 4 человека. Каждый из участников берет карточку с несложным арифметическим действием, например $100*100$. Полученные результаты каждой карточки складываются. Называется полученная сумма. Время - 60 секунд. Ведущий может создавать помехи, каждые 15 секунд громким голосом объявляя оставшееся время.

Свое пространство.

Один из участников группы («протагонист») добровольно встает в центр круга. Ведущий предлагает ему представить *себя* «светилом», на различном расстоянии, от которого находятся остальные участники группы - «планеты». Протагонист, поворачиваясь лицом к участникам группы, просит встать их на различном расстоянии от себя - так, чтобы очередной участник группы отошел от него на расстояние, соответствующее воображаемой дистанции, *а* межличностных отношениях. После того как расстановка группы завершена, ведущий спрашивает протагониста, насколько комфортно созданное им пространство и не хотел бы он внести какие-то изменения.

Проводить, это упражнение более чем с тремя участниками в качестве «светила» за один раз не рекомендуется. В дискуссии не допускается обсуждение созданной схемы, но можно поделиться чувствами в зависимости оттого, на какое расстояние оказался удаленным тот или иной участник, порассуждать, из чего складывается это расстояние, от чего оно зависит, хочется ли его сократить (увеличить). Последнее желательно обсуждать в абстрактном плане.

Занятие 6.

Хлопок (групповое взаимодействие).

Участники группы встают в линию, колонну, круг. По команде, начиная с первого, каждый участник последовательно делает один хлопок. Хлопки должны идти друг за другом. Один участник делает только один хлопок, ни больше, ни меньше. Оптимальное время выполнения группой из 20 человек составляет 3 секунды.

Игра «Крокодил».

Ведущий говорит о том, что многие люди боятся показаться окружающим смешными, нелепыми, и спрашивает участников, кому знакомо это чувство. Следующая шра предлагается, как средство избавиться от этого опасения. Группа разбивается на две команды. Первая команда загадывает некоторое слово или словосочетание (можно - названия предметов, часто встречающихся в обиходе), вторая — делегирует свою участника (лучше, если добровольно), которому сообщается загаданное слово. Последний должен изобразить это слово только с помощью жестов и мимики, а его команда попытаться понять, что были загадано.

Команды участников группы загадывают слова по очереди. После того, как в роли изображающего побывало большинство участников, можно обсудить собственные чувства, возникавшие, когда приходилось что-то изображать.

Занятие 7.

Кто тормоз? (баланс механизмов возбуждения и торможения)

Маленький предмет лежит на столе посередине. Двое кладут ведущие руки по разные стороны от предмета на одинаковом расстоянии. Ведущий называет различные числа. Когда называется четное число, нужно схватить предмет.

«Горячий с гул».

Ведущий предлагает подросткам узнать мнение о них остальных участников группы. Высказываться друг о друге он рекомендует приблизительно в такой форме: «Когда ты делаешь или говоришь то-то и то-то, у меня возникают такие-то чувства, и мне кажется, что это могло быть то-то и то-то». Используется только тот опыт, который был получен за время занятий. Следует избегать определений «нравится», «хорошо». «ПЛОХО».

Один из участников по желанию садится в центр круга. После того, как все высказались, подросток коротко рассказывает, что он испытал, когда говорили о нем. Участник высказываются по очереди, но на «горячем стуле» садятся только по желанию.

В обсуждении участники делятся впечатлениями, как изменились их чувства по отношению друг к другу после этого упражнения.

Занятие 8.

Телеграммы.

Ведущий раздает участникам группы по набору «бланков телеграмм» — листков с именами всех участников группы, и просит написать самое хорошее, что каждый участник узнал о других студентах и о себе самом. Ведущий собирает «телеграммы» в «волшебную папку», чтобы во время следующего упражнения просмотреть, нет ли оскорбительных и грубых телеграмм и если есть, вернуть авторам с просьбой переписать. Возможность просмотра телеграмм оговаривается заранее.

Я «реальный» и «идеальный» глазами других.

Материалы: Бумага, цветные карандаши.

Ведущий просит участников группы нарисовать себя таким, как есть, таким, каким хотел бы быть, и таким, каким тебя видят другие люди.

В обсуждении участники пытаются ответить на вопросы, чем вызваны расхождения в представлениях о том, каким ты хотел бы быть и каким тебя видят другие, с тем, какой ты есть на самом деле. Были бы эти расхождения сильнее, если провести это задание в начале группы, и почему?

Завершение работы группы. Заключительное слово ведущего. Раздача «телеграмм».

Приложение 1. ТРЕНИНГИ

На умение тонко чувствовать партнера, видеть его сильные и слабые стороны понимать и влиять на настроение группы.

Блок №1

тренингов на взаимопонимание и партнерство, а также игр, которые помогут нам лучше узнать друг друга.

Упражнение «сиамские близнецы»: Группа разбивается на пары. Пара имитирует из себя сросшихся сиамских близнецов (сросшихся боковой частью тела). В таком состоянии пары должны дойти до линии, взять в руки листок бумаги формата А4 и сложить из него самолет. При выполнении данного задания партнеры должны тонко чувствовать друг друга.

Упражнение «Скульптор и пластилин»: Группа разбивается на пары. В паре одни становится скульптором, а другой пластилином. Ведущий задает общее задание для всех «скульпторов». Вторые участники пары должны четко следовать указаниям скульптора и позволить создать из себя необходимый образ.

Упражнение «Стулья»: Вся группа делится на две подгруппы. По команде ведущего одна из групп должна не произнося не одного слова одновременно встать, дойти до центра комнаты, развернуться и сесть на предложенные им стулья, при этом команда должна действовать как единое целое. Потом это же упражнение проделывает вторая подгруппа.

Эти и другие упражнения позволят вам за короткое время научиться чувствовать и понимать людей, работающих в одной группе.

Блок 2-й

Тренингов на умение легко ориентироваться в нестандартной ситуации

И так нестандартные ситуации;

- Поломка аппаратуры, в программе возникает заминка,
- Ребята собрались возле столовой, а обед еще не накрыт,
- Запланированное мероприятие отменяется из-за погодных условий, настроение группы испорчено.

В таких случаях вам поможет копилка интересных игр, которая всегда должна быть у вас на вооружении.

Игра «Морской бой» Группа делится на две команды. Игроки одной команды называются буквами алфавита, а игроки другой команды называются цифрами. Команды расходятся в разные стороны, ведущий остается в центре и называет любые комбинации, например, А4. Игроки с названием А и 4 должны встретиться руками при этом ведущий должен стараться им помешать, становясь между ними. Игра проходит быстро, живо, давая возможность участникам группы ощутить непосредственный контакт.

Игра «Колобок» или «Красная шапочка» проводятся аналогично. Участники становятся в круг. Указательный палец левой руки каждого из участников подставляется под ладошку соседа слева. Ведущий рассказывает сказку «Колобок» или «Красную шапочку» на слово «колобок» или «красная шапочка» каждый участник должен поймать указательный палец соседа справа.

Приложение 2. Технологии работы с неизвестным коллективом.

Этап первый: **выявление лидеров**

Используемые технологии:

- **Веребочка**- группа становится в круг, берется за веревку (соединенную па концах) все участвующие закрывают глаза и по команде вожатого или ведущего должны «создать» треугольник, квадрат, прямоугольник или другую фигуру.
- **Семейное фото** - по команде ведущего, отряд или группа ребят, за 15-20 секунд должны «создать» семейную фотографию, с участием фотографа и самыми старшими членами семьи дедушкой и бабушкой, которые становятся в центр фотографии.

Этап второй: **работа в коллективе, создание комфортной атмосферы**

Предлагаемые технологии:

- **Белочка** - одноразовая игра, для создания хорошей атмосферы в труппе
- **Зоопарк** участникам раздаются карточки с названием животных (кошка, собака, петух и т.д.) с закрытыми глазами ребята за минуту, издавая характерный животному звук, должны собраться в свои «стада».
- **Интуитивный счет** - сидящие в кругу участники должны посчитать до десяти не по порядку сидящих, а в разноряд, но при назывании числа двумя или более участниками все начинается с начало.

Этап третий: **отношение к делу и распределение на группы**

Предлагаемые технологии:

- **Ваза с фруктами** - где ваза выдается, как предлагаемое дело, а участники сами выбирают свой фрукт и определяют его местонахождение по отношению к вазе и по отношению к другим фруктам.
- **Звезда**- внизу доски рисуется земной шар (дело) каждый участник является звездой он сам определяет свое местонахождение на небосклоне.

Этап четвертый: **работа над содержанием дела**

Технологии:

- **Река проектов.**
- **Ветер пожеланий,**
- **Цветик семи цветик.**

Данные технологии позволяют самим участникам наполнить собственным содержанием и предложениями любое мероприятие и объединиться по группам. Дело предложенное самим ребенком с большей заинтересованностью выполняется им.