

**ТАШКЕНТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ имени НИЗАМИ**

**УЗБЕКСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК имени Т.Н. КАРЫ-НИЯЗИ**

МАХМУДОВ А.Х., ТАШМУХАМЕДОВА Г.Х., АБДУРАХМАНОВ З.Б.

**СБОРНИК ПРОБЛЕМНЫХ
ЗАДАНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ
КРЕАТИВНОСТИ**

**“BOOKMANY PRINT”
ТАШКЕНТ – 2022**

УДК: 159.954.4
ББК: 88
М 36
ISBN 978-9943-8209-0-6

Махмудов, А.Х., Ташмухамедова, Г.Х., Абдурахманов, З.Б.

Сборник проблемных заданий для развития креативности [Текст] :
сборник / А.Х. Махмудов, Г.Х. Ташмухамедова,
З.Б. Абдурахманов. – Ташкент: Bookmany print, 2022. – 84 с.

Сборник проблемных заданий направлен на раскрытие интеллектуально-творческого потенциала учащихся, а также студентов высших образовательных учреждений Республики. Задачи распределены на 4 уровня, каждое из которых составлено по принципам «раскручивающейся спирали», т.е. у каждого этапа свой уровень сложности. Применение на занятиях различных современных технологий, позволят педагогам и психологам наиболее полно активизировать креативное мышление обучаемых.

Рецензенты:

Бекназарова С.С.

– доктор технических наук,
профессор Ташкентского
университета информационных
технологий

Землина Ю.В.

– доктор философии (PhD) по
педагогическим наукам,
заведующий отделом УзНИИПН
имени Т.Н.Кары Ниязи

Сборник утвержден на Ученом совете Узбекского научно-исследовательского института педагогических наук имени Т.Н. Кари-Ниязи. Протокол № 4 от 26 апреля 2022 года.

© Махмудов А.Х., и др.
© Издательство “Bookmany print”, 2022.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
РАЗВИТИЕ КРЕАТИВНОСТИ.....	5
КАК РАСПОЗНАТЬ КРЕАТИВНОГО ЧЕЛОВЕКА?.....	7
ЗАДАНИЯ 1 УРОВНЯ.....	8
ЗАДАНИЯ 2 УРОВНЯ.....	23
ЗАДАНИЯ 3 УРОВНЯ.....	39
ЗАДАНИЯ 4 УРОВНЯ.....	61
БЛИЦ-ОПРОС.....	79
КНИГИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ.....	81
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	82
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	83

ВВЕДЕНИЕ

В сборнике представлены упражнения, игры и тренинги, направленные на развитие креативности. Их задача – научить учащихся продуктивно действовать в ситуациях новизны и неопределенности, опираясь на свой творческий потенциал, ориентироваться в быстро меняющихся обстоятельствах, принимать адекватные решения при неполноте исходных сведений для этого. Такие качества далеко не обязательно связаны с видами деятельности, традиционно относимыми к творческой (лепка из пластилина, рисование, игра на сцене и т. п.), а востребованы во всех ситуациях, где присутствует неопределенность, где требуется изобрести что-то новое.

В последнее время явление, обозначенное термином одаренность (феномен креативного развития), привлекает внимание профессионалов в области педагогики и психологии. Признание значимости проблемы не только привлекает к ней внимание, но и стимулирует профессионалов продвигаться по пути ее решения. Предлагаемое пособие является шагом на этом пути.

Важно сделать этот процесс радостным и эффективным для всех его участников. Упражнения и игры, представленные в методическом пособии, дадут возможность педагогам, психологам, родителям почувствовать влияние творческой среды на собственную деятельность, будут способствовать образованию и развитию мотивации для работы с креативными учащимися.

Упражнения могут применяться как в качестве небольших игровых «вставок» в различные учебные занятия, в воспитательные мероприятия, так и проводиться отдельным блоком в качестве самостоятельной программы социально-психологического тренинга.

Большинство из представленных приемов принадлежат известным психологам и педагогам, однако некоторые упражнения творчески переработаны и адаптированы авторами.

Это пособие будет полезно всем преподавателям дисциплин художественно-эстетического цикла, педагогам-организаторам, педагогам-психологам, учителям и воспитателям, (и возможно даже родителям) поскольку педагогический и воспитательный процесс в целом направлен на полноценное раскрытие индивидуальных способностей личности учащегося и его неординарных проявлений.

РАЗВИТИЕ КРЕАТИВНОСТИ

Что такое креативность?

Креативность (от англ. **create** – создавать, **creative** – созидательный, творческий) – творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от традиционных или принятых схем мышления и входящие в структуру одаренности в качестве независимого фактора, а также способность решать проблемы, возникающие внутри статичных систем. Основные черты, характерные для креативных личностей, это сознательность, ответственность, упорство, чувство долга, высокий контроль над поведением и эмоциями, решительность, предприимчивость, склонность к риску, социальная смелость, интеллектуальная лабильность.

Согласно мнению авторитетных психологов, это творческая направленность, врожденно свойственная всем, но теряемая большинством под воздействием среды. Считается, что креативность в той или иной мере присуща каждому из нас. Просто с возрастом вырабатываются стандартные схемы решения проблем, мы все делаем так, как привыкли, и постепенно способность находить нестандартные решения становится слабее – так сказать, атрофируется за ненадобностью. В таких случаях может понадобиться развитие креативности.

Человеческое мышление, способность к творчеству – величайший из даров природы. В классической системе образования учебные программы построены, как правило, на запоминании, накоплении фактов и других нетворческих формах деятельности. Поэтому большинство учащихся, особенно из числа хорошо успевающих в школе, оказывают серьезное сопротивление, если дальнейшая учеба или работа требуют от них проявления творческих способностей. Избежать таких конфликтов можно, если тренировка и поощрение творческой деятельности начнутся в самом начале образовательного процесса, еще с дошкольных учреждений, и будут продолжаться на протяжении всей трудовой – творческой! – деятельности человека. Благоприятная окружающая среда и квалифицированное педагогическое руководство являются условиями развития творческого потенциала одаренных учащихся.

Творческое начало есть в каждом. Нужно только разбудить, расшевелить его, нужно ухаживать за ним, как за маленьким ребенком или редким растением, питать, развивать, холить, возвращать. В детстве мы только и делаем, что занимаемся творчеством. Каждый день ребенок открывает для себя что-то новое, учится с этим взаимодействовать, и пока ум не загружен тоннами знаний, правил, программ и стереотипов - ребенок свободен, он - творец! Однако со временем его «научают» - говорят как надо и как не надо, что можно, а что нельзя, как правильно и как неправильно, мир становится таким, каким его видят все, а точнее таким, каким его принято видеть. Такой мир понятен, а посему безопасен. Все творческое, новое принимается в штыки - «не изобретай велосипед», «так все делают», «...чтобы все, как у людей» -

гладко и ровно, дорожки проторены, заасфальтированы, все маршруты расписаны. Все хорошо, только вот невыносимо скучно. Наши строгие правила, как нужно себя вести и думать, приводят к тому, что мы отклоняем новые идеи, которые могли бы внести свой вклад в устройство мира. Одним из самых строгих правил является то, что мы не должны делать то, над чем другие будут смеяться. Боясь, стать объектом насмешек, мы постоянно отслеживаем наше поведение на предмет правильности и приемлемости, чтобы не стать мишенью для насмешек. Как страх казаться смешным тянет нас назад.

Есть много разных мнений о том, как развить креативность и научиться генерировать идеи, но креативность – это часть человеческой сущности, а не умение или навык, которому мы должны научиться. Мы креативны от природы, и моменты, когда мы ее проявляем, продолжают возникать в нашей жизни, только делаем мы это каждый по-своему.

А зачем развивать креативность? Причин несколько:

Во-первых, во многих видах деятельности она служит важнейшей предпосылкой ее результативности.

Во-вторых, в подростковом и юношеском возрасте перед человеком стоит глобальная задача «режиссуры собственной жизни», жизненного и профессионального самоопределения. А эта задача является креативной по своей сути. Человек вынужден принимать решения, в частности – связанные с выбором профессии, в ситуации заведомой неполноты исходных данных, отсутствия алгоритмов, гарантированно ведущих к успеху. Попытки решить эту важную проблему по аналогии со школьными задачками, где есть нужные формулы и правильный ответ в конце учебника, почти всегда ведут к разочарованию.

В-третьих, развитие креативности, создающее предпосылку для реализации творческого потенциала в социально приемлемой форме, – эффективный путь профилактики асоциального поведения.

Развитие креативности идет по следующему механизму: на основе общей одаренности под влиянием микросреды и подражания формируется система мотивов и личностных свойств (нонконформизм, независимость, мотивация самоактуализации), и общая одаренность преобразуется в актуальную креативность, т. е. креативность – это синтез одаренности и определенной структуры личности.

Креативность – это не единичная способность, а комплексное свойство человеческой психики, включающее в себя несколько компонентов, важнейшие из которых таковы:

Качества интеллекта. Это, в частности, такие качества, как беглость мышления (способность к порождению большого числа идей, ассоциаций), гибкость (разнообразие порождаемых идей) и оригинальность (способность к нахождению неочевидных, редких, но вместе с тем адекватных идей). При творческом мышлении человек сконцентрирован не на критике и отказе от неприемлемых вариантов решения проблем, а на максимальном расширении видения проблемного поля, поиске неочевидных вариантов решений. При

этом активно задействуется воображение, ассоциативное мышление, способность к рекомбинации (представлению известного в новых, необычных сочетаниях).

Качества личности. Важнейшее из этих качеств – это открытость к новому жизненному опыту. Такой человек готов принимать все то новое, что появляется вокруг, способен к изменению сложившихся представлений, комфортно чувствует себя в ситуациях неопределенности и не испытывает при этом тревоги, смел, любознателен, мобилен. С креативностью слабо совместимы излишняя серьезность, отсутствие спонтанности, желание организовать свою жизнь по раз и навсегда заведенным правилам. Конечно, вышесказанное не отрицает важность организованности жизни, наличия правил и принципов, однако креативный человек при изменении обстоятельств готов к их пересмотру, а не обладающий этим качеством продолжает жить по старинке, упорно не замечая происходящих изменений.

Ценностные ориентации. Такой человек высоко ставит ценности развития, познания, свободы. Он готов активно преобразовывать самого себя и те жизненные обстоятельства, которые его окружают, а не просто пассивно приспосабливаться к ним. Окружающий мир интересен ему сам по себе, а не только как средство удовлетворения каких-то личных потребностей. Креативный человек сознательно выбирает активную, преобразовательскую жизненную позицию.

КАК РАСПОЗНАТЬ КРЕАТИВНОГО ЧЕЛОВЕКА?

Интересно, что с точки зрения психологии, творческие личности (креативный человек) не имеют четких характеристик. Однако существует ряд особенностей, дающих возможность распознать личность, главной чертой которой является креативность.

Мечтательность. С точки зрения нейропсихологии, мечтательность – основа для активизации мозговых процессов, связанных с творчеством.

Повышенное внимание к деталям. Избегание стандартного распорядка дня. Люди, связывающие свою жизнь с творчеством, работают по вдохновению.

Повышенная наблюдательность.

Стремление к поиску ответов на множество вопросов. Как в детском, так и во взрослом возрасте.

Поиск новых возможностей. С помощью которых реально выразить свои чувства и наблюдения.

Исследование иных способов мышления (что позволяет человеку покидать привычные для него границы жизнедеятельности)

ЗАДАНИЯ 1 УРОВНЯ

Данные задания направлены на развитие вербального и невербального творческого мышления. Их можно использовать на занятиях, на переменах, на праздниках в детском объединении. Это очень интересные и увлекательные игры, которые стимулируют интерес ребенка к творческому развитию

Психологическая разминка.

Ведущий обращается к группе с вопросами:

- Зачем телеге пятое колесо?

- Почему у Бабы-Яги костяная нога?

- Кто над нами вверх ногами? (что и кто угодно, кроме мухи).

Такая разминка позволяет быстро включиться в работу участников тренинга. Обычно проходит весело, существенно улучшает настроение в группе.

Упражнение №1. Дидактическая игра «Веселые краски»

Цель: знакомить детей с основными и составными цветами, принципами смешения цветов.

Материал: карточки с изображением девочек-красок, знаки «+», «-», «=», краски, кисти, бумага, палитра.

Ход игры: путем смешения красок решать «примеры» типа «красный +желтый = оранжевый», «зеленый – желтый = синий».

Упражнение №2. Игра «Поиск общих свойств»

Детям предлагаются два слова, мало связанные между собой.

Например: блюдо и лодка, карандаш и уголь, мел и мука, матрешка и конструктор, консервная банка и чашка и т.д.

За 10 минут ребенок должен написать как можно больше общих признаков для этих предметов. Если родители занимаются с ребенком индивидуально, то это задание должны выполнить и они, чтобы затем вместе с ребенком обсудить результаты, т.е. общие свойства пары предметов, которые они нашли.

Ответы могут быть стандартными: в примере «блюдо и лодка» могут быть названы такие общие свойства, как «сделаны человеком», «имеют глубину», но очень важно найти как можно больше и таких признаков. Особенно ценными являются необычные ответы, позволяющие увидеть предложенные слова в совершенно новом свете.

При групповой работе очень важно выслушать все ответы ребят. В игре побеждает тот из учащихся, у кого список общих признаков больше, длиннее. При обсуждении с детьми названных признаков следует обратить внимание на характеристику этих признаков, насколько они существенны или являются несущественными для данных предметов, т.е. – второстепенными. Эта работа необходима для того, чтобы дети научились вскрывать связи между предметами, а также предельно четко усвоили, что такое существенные и несущественные признаки предметов.

Упражнение №3. Игра «Зоопарк»

Игра на актерское мастерство. Участвуют 7-8 человек, каждый выбирает себе любое животное: овца, лошадь, хомяк, кошка, собака, крокодил, утконос, обезьяна, медведь и т.д. Далее знакомство: каждый по кругу выразительно демонстрирует остальным характерное движение этого животного. После этого, по-очереди, надо показать сначала «себя», а потом любое другое присутствующее «животное». Это «животное» получает ход, показывает себя и далее другого зверя. И так далее. Потом можно объявить «суперзоопарк». Это когда все животные демонстрируются максимально утрированно и ярко!

Можно играть навывлет. Ошибся в передаче хода – выбыл из игры.

Упражнение №4. «Рифмуем имена»

Участникам необходимо сочинить двустишие на свое имя, которое начинается словами: «Меня зовут...»

Пример:

- Меня зовут Нигина, люблю я мандарины!
- Меня зовут Самад, я всему рад!
- Меня зовут Кадыр, у меня штаны из дыр!
- Меня зовут Самира, желаю всем мира!

Упражнение №5. «Сочинитель»

Цель: развитие речи, словаря детей, мышления и креативности. Можно использовать в качестве ледокола на тренинге у взрослых.

Ход проведения: Даны три слова. Например, стол, арбуз, вагон. Необходимо придумать как можно больше предложений, в каждом из которых были бы использованы все три слова. Слова можно изменять любым способом.

Упражнение №6. «Найди пару»

Цель: Развитие прогностических возможностей и интуиции; формирование у членов группы установки на взаимопонимание.

Ход упражнения: Каждому участнику при помощи булавки на спину прикрепляется лист бумаги. На нем написано имя сказочного героя или литературного/исторического персонажа, имеющего свою пару. Скажем: Крокодил Гена и Чебурашка, Маша и Медведь, Дедал и Икар и т.д. Каждый участник должен отыскать свою «половину», опрашивая группу. При этом запрещается задавать прямые вопросы, например: «Что написано на моем листе?» Отвечать на вопросы можно только словами «да» и «нет». Участники расходятся по комнате и беседуют друг с другом.

Упражнение №7. Дидактическая игра «Гусенички»

Цель. Упражнять детей в определении теплой или холодной цветовой гаммы, в умении располагать цвета по оттенкам от светлого к темному, и наоборот.

Материал: цветные круги теплой и холодной цветовой гаммы, изображение головы гусеницы.

Ход игры. Детям предлагается из предложенных кругов составить гусеничку холодной цветовой гамма (теплой) или гусеничку со светлой мордочкой и темным хвостиком (темной мордочкой и светлым хвостиком).

Упражнение №8. «Шнурок»

Группа становится в узкий круг и вытягивает руки вперед. Тренер привязывает в произвольном порядке к кистям шнурки. Задача группы – распутаться. При этом нельзя разговаривать. Можно изобретать всякие звуковые сигналы, жесты.

Запрещается вербальное общение.

После завершения упражнения проводится обсуждение: каждый из группы делится своими впечатлениями, высказывает свое мнение о работе группы, например, почему сразу не получилось сделать что-то, что удалось и т.д.

Упражнение №9. Дидактическая игра «Какие цвета есть на картинке»

Цель: упражнять детей в умении идентифицировать цвета в картинке.

Материал: Цветные аппликации, планшет с кармашками (8 шт.), карточки с разными цветами.

Ход игры: ребенку предлагается цветная аппликация и набор цветных карточек, ему необходимо выставить на планшете карточки с теми цветами, которые присутствуют в аппликации.

Упражнение №10. «Творческое озарение»

Цель: развитие творческого мышления и умения сосредоточиться.

На протяжении двух минут, используя 14 слов (тренер сам подбирает заранее слова, набор слов может меняться в связи с целями и задачами тренинга), придумайте связный рассказ. Можно ставить слова из списка в любом порядке, а также добавлять любые другие слова.

Упражнение №11. «Круги»

Цель: измерение свойств интеллектуальной деятельности.

Возраст: дошкольный, младший школьный.

Правила проведения: Детям предлагают дорисовать 20 кругов таким образом, чтобы получились законченные изображения (солнце, цветок, мяч и т.д.).

Работа выполняется в течение 7-10 минут в зависимости от возраста.

Обработка результатов: подсчитывается общее число рисунков, определяется количество тем рисунков. Их предполагается 9. Это вселенная: солнце, луна, планета. Природа: цветы, деревья, животные. Наука и техника: глобус, очки, машина, колеса и т.д. Человек, изображение частей его тела: головы, ушей, глаз. Быт: еда, одежда, предметы домашнего обихода. Народное

творчество, сказочные образы (колобок, снежная баба, Чебурашка и т.д.). Спорт, спортивный инвентарь: кольца, ракетки, диски и т.д. Экономика: монеты... Искусство, любые украшения: бусы, игрушки, медали и др.

Гибкость мышления определяется количеством рисунков, общей суммой баллов.

Оригинальность измеряется суммой баллов за оригинальные рисунки. Система баллов: 1 балл – рисунок встречается у половины детей и чаще; 2 балла – рисунок встречается у меньшей половины группы; 3 балла – рисунок встречается в единственном числе.

Упражнение №12. «Заглавная буква»

Чтобы стимулировать появление творческих идей, нужно научиться выискивать ассоциации в обычном потоке мыслей.

Это упражнение можно выполнять в любом месте, в любое время, с любой буквой!

Начнем с буквы Ж. На протяжении трех минут запишите как можно больше слов, начинающихся с буквы Ж.

Время проведения: 10-15 минут

Упражнение №13. Дидактическая игра «Подбери цвет к предмету»

Цель: знакомить детей 3-4 лет с цветовым спектром, упражнять в умении соотносить цветные карточки с цветом предмета.

Материалы: карточки с разными цветами, карточки с изображением предметов.

Ход игры. Дети берут по одной цветной карточке, каждый ребенок должен из предложенных картинок выбрать изображение того предмета, который соответствует его цвету.

Упражнение №14. «Завяжи шнурок»

Цель: развитие креативности.

За две минуты найдите как можно больше применений для обувного шнурка и запишите их.

Это упражнение, развивающее творческий интеллект для рассмотрения можно брать любой другой предмет: скрепку для бумаг, зубную щетку, карандаш, спичку... и т.д.

Время проведения и обсуждения результатов – 10 минут.

Упражнение №15. «Поставь точку»

Цель: проба на оригинальность мышления.

Задание: Вот вам лист бумаги с нарисованным на нем кругом. Поставьте точку, где хотите! (и никаких дополнительных комментариев).

Оценка: По степени возрастания оригинальности мышления точка располагается так: в центре круга, на этой же стороне листа, но в центре круга, на другой стороне листа, на срезе листа (на его грани).

Упражнение №16. «НЛО»

Цель: развитие воображения, активизация внимания, мышления и речи.

Возраст: младший школьный.

Оборудование: бумага и цветные карандаши.

Ход игры: – Ребята, сегодня вы будете рисовать инопланетянина. Для того, чтобы нарисовать его продумайте сначала каким он будет. Включите всю свою фантазию.

Детям отводится около 15-20 минут на рисование. После каждый ребенок рассказывает о своем персонаже, где он живет, чем питается, как взаимодействует с другими, о его качествах.

Это упражнение можно использовать в психодиагностических целях, так как рассказывая о своем герое, ребенок проецирует свои качества и чувства.

Упражнение №17. «Развитие креативности»

Найдите сходство между приведенными ниже объектами. Например: «Что общего между слоном и бананом?». Возможные ответы: толстая кожа, живут в жарком климате и т.д. На каждую пару отводится по три минуты.

1. Что общего между кофе и жителями Лапландии?
2. Что общего между шнурками для обуви и поездами?
3. Что общего между горой и шоколадом?
4. Что общего между ходьбой и говорением?

Время проведения и обсуждения результатов – 25-30 минут.

Упражнение №18. «Разговор с руками»

Цель: научить контролировать свои действия, развитие воображения.

Возраст: дошкольный.

Форма проведения: индивидуальная.

Правила проведения: Психологу обвести на листе силуэт ладоней ребенка дошкольника. Затем предложить ребенку «оживить» ладошки – нарисовать им глазки, ротик, шляпы, причёску. Можно раскрасить определенным цветом каждый пальчик. После выполнения этой работы можно начать беседу с пальчиками, спросить: «Как вас зовут?» (может ребёнок придумает свои имена пальчикам), «Что вы любите делать?», «Чего вы не любите?», «Какие вы?». При этом необходимо подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислить что), но иногда не слушаются своего хозяина.

Упражнение №19. Дидактическая игра «Ягоды поспели»

Посмотри, как созревала ягодка-малинка: сначала она была почти белая, потом слегка порозовела, и так постепенно поспевала - от светло-розовой до малиновой. Все этапы созревания малины показаны точно по порядку сверху вниз. Этапы созревания сливы перепутаны. Восстанови верный порядок, сравнивая с малиной. Какой слива была сначала? Какой оттенок она

приобрела, когда слегка поспела? Где созревшая слива? Сравни спелой малины и сливы. Какой из них холодный, а какой теплый?

Упражнение №20. Дидактическая игра «Разрезные картинки»

Дидактические задачи: закрепить знания о выразительных средствах, применяемых в разных промыслах, упражнять в составлении целой картинке из отдельных частей, развивать внимание, сосредоточенность, стремление к достижению результата, наблюдательность, творчество, вызвать интерес к предметам декоративного искусства. Материал: два одинаковых плоскостных изображения различных предметов, одно из которых разрезано на части. Игровые правила: быстро составить из отдельных частей изделие в соответствии с образцом. Ход игры: в игре может принять участие один ребенок или группа. Воспитатель показывает образцы, дает возможность внимательно их рассмотреть. По сигналу взрослого играющие собирают из частей изображение какого-либо изделия. Выигрывает тот, кто первым справится с заданием.

Упражнение №21. Игра «Развиваем наблюдательность»

Возраст: младший школьный.

Участники игры делятся на 2 команды.

Условия игры: в течение 10 минут ребята записывают как можно больше предметов, группируя их по форме, цвету, начинающиеся с одной буквы, сделанные из одного материала, относящиеся к одному роду и т.д.

Необходимо составить следующие списки предметов:

1. красного цвета,
2. черного цвета,
3. зеленого цвета,
4. синего цвета,
5. овальных,
6. квадратных,
7. деревянных,
8. металлических,
9. каменных,
10. начинающихся с буквы «к»,
11. относящихся к мебели,
12. относящихся к посуде и т.д.

За самый длинный список предметов по одной из позиций начисляется 5 баллов.

Упражнение №22. «Завершение рассказа»

Возраст: младший школьный.

Детям предлагается начало какого-либо рассказа. Например: «Стоял ясный солнечный день. По улице шла девочка и вела на поводке смешного щенка. Вдруг откуда ни возьмись...».

Необходимо придумать продолжение и окончание рассказа.

Время работы - 10 мин.

Рассказ можно оценить по следующим критериям:

- законченность рассказа;
- яркость и оригинальность образов;
- необычность поворота и сюжета;
- неожиданность концовки.

Упражнение №23. «Разговор по телефону»

Цели: игра направлена на моделирование социальных ситуаций и способов поведения, развитие умения слушать другого, а также развитие пространственного мышления, зрительного восприятия; творческого воображения, эмоциональной адекватности.

Материалы: игровое поле: на верхней части листа ватмана изображены Кот Леопольд, Крокодил Гена, Колобок, Волк (из мультфильма «Ну, погоди!»); на нижней части – Лиса, Заяц, Чебурашка, Мышь. Персонажи держат трубки телефонов, которые соединены между собой по парам (в соответствии с мультфильмом) ломаной линией, образуя своеобразный лабиринт.

Краткое описание содержания игры:

«В двух больших домах живут разные герои мультфильмов. Жильцы одного дома – кот Леопольд, Крокодил Гена, Колобок и Волк позвонили своим друзьям. Найди, кто кому позвонил. О чем они разговаривали?»

Перед игрой рекомендуется прочесть детям стихотворение К.И.Чуковского «Телефон» с последующим обсуждением и/или провести короткую беседу о правилах этикета разговора по телефону. Вспомнить мультфильмы, сказки с участием вышеназванных героев.

Количество участников игры – от 1 до 4 детей.

Упражнение №24. Дидактическая игра «Клубочки»

Цель: развивать у детей умения выполнять круговые движения при рисовании клубка в замкнутом круге с опорой на зрительный контроль и с закрытыми глазами.

Ход занятия. Педагог предлагает детям рассмотреть панно, на котором котенок играет с клубками ниток, которые он размотал. Затем предлагает детям собрать нитки в клубок и показывает, как собираются нитки в клубок, имитируя движениями карандаша наматывание ниток в клубок.

Периодически педагог предлагает детям закрывать глаза и выполнять движения с закрытыми глазами.

Для того чтобы у детей проявлялся интерес к работе, можно дать им возможность нарисовать много клубков, устроить соревнование: кто больше клубков нарисует.

Упражнение №25. «Образы»

Проведите простой эксперимент: нарисуйте на листе одну окружность, а внутри нее — другую, диаметром в два раза меньше. Спросите у ребенка, что

он видит. А что видите вы? У каждого человека найдутся свои ассоциации. Главное — не останавливайтесь на одном варианте ответа. Учите ребенка искать много новых идей, опираясь на одну данность. Это поможет ему в решении многих жизненных вопросов. Такой подход расширяет сознание и выводит на поиск нестандартных решений. Находите необычное в простых вещах, которые вас окружают. Например: «На что похоже облако? Что напоминает рисунок на ткани? А эти причудливые разводы на кафеле?»

Упражнение №26. «Новый человек»

Предложите ребенку нарисовать землянина, который в некотором смысле похож на инопланетянина. Как бы мог выглядеть человек еще, кроме того, каким он является? Пусть ребенок «перекроит» тело человека по-новому. Это творческое задание хорошо отражает отношение ребенка к собственному телу. И его рисунок будет своеобразным посланием для психологов. То, что ребенок укрупняет, выпячивает в теле, имеет для него важный смысл. То, что он «забывает» нарисовать, уходит в область подсознательного в виде страхов и негативных переживаний.

Упражнение №27. «Непослушный карандаш»

Дайте ребенку карандаш и бумагу, предложите ему нарисовать закорючки. Пусть он представит, что в его руки попал непослушный карандаш, который рисует, что ему вздумается. Нарисуйте около 10— 15 таких рисунков, затем рассмотрите их с разных сторон. Что получилось? На что они похожи? Какие образы вдруг проявились? Чтобы упражнение не выглядело, как задание, рисуйте закорючки вместе (каждый на своем листе).

Упражнение №28. «Новая поза»

Каждая клеточка тела ребенка излучает творческую энергию. Расскажите ему, что наши глаза, лицо (мимика), руки, движения (жесты) способны многое рассказать о нашем настроении, характере и даже воспитании. Придумайте вместе как можно больше новых гримас и положений тела.

Упражнение №29. «Какого вкуса небо?»

Большую часть информации о мире человек получает с помощью зрения. Это научно доказанный факт. Все остальные органы восприятия (слух, обоняние, вкус, осязание) находятся как бы в «аутсайдерах». Это упражнение помогает «реанимировать» все те чувства, которые притупляются. Спросите: «Какого вкуса небо? Какой формы радость? Какой на ощупь страх?»

Упражнение №30. «Назови предмет»

Цель: развитие внимания, ловкости, быстроты мышления.

Инструкция: «Сейчас мы будем бросать друг другу мяч, при этом, когда бросаем – называем какой-либо цвет, а когда ловим – объект такого цвета.

Будем внимательны: не повторяем те цвета и объекты, которые уже названы, и дадим возможность каждому из нас участвовать в работе».

Упражнение №31. «Оригами»

Цель: развитие воображения, пространственной ориентировки, мелкой моторики, художественного вкуса.

Оборудование: два-три листа бумаги или готовые модели оригами, простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей (для каждого ребенка).

Ход игрового упражнения

Взрослый рассказывает о японском искусстве оригами, показывает технику изготовления простых моделей и предлагает детям сложить фигурки из бумаги.

После завершения подготовительной работы он говорит: «Давайте украсим наши поделки, сделаем их нарядными, праздничными. Дорисуйте необходимые детали, и раскрасьте фигурки цветными карандашами».

Можно использовать такие модели оригами, как: кармашек, самолет, лодка, пароход, столик, домик, веер, грибок, листочек, вертушка, пилотка, рыба-кит, утенок, письмо, конверт.

Примечание. В этом упражнении не ставится цели научить детей такому сложному искусству, как оригами, задача взрослого - научить детей украшать фигурки из бумаги с помощью цветных карандашей и собственного воображения, поэтому дошкольникам можно предложить готовые модели оригами.

Упражнение №32. «Силуэты фигур»

Цель: развитие воображения, образного мышления, графических навыков, художественного вкуса.

Оборудование: карточки с контурным изображением предметов или силуэты фигур, вырезанные из плотной бумаги (по количеству детей);

Взрослый раздает детям карточки к игре и говорит: «Перед вами незаконченные рисунки. В них не хватает многих деталей, они грустные, бесцветные. Дорисуйте то, что необходимо, и раскрасьте рисунки».

Упражнение №33. «Заколдованный лес»

Цель: развитие воображения, образного мышления, изобразительных навыков, художественного вкуса.

Оборудование: карточки со схематическим изображением деревьев и незаконченными линиями неопределенного характера (по количеству детей); простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей (для каждого ребенка).

Взрослый раздает детям карточки к игре и говорит: «Перед вами заколдованный лес. Волшебник накрыл его шапкой невидимкой, поэтому многие растения и обитатели леса оказались невидимыми. Но кое-что вы можете разглядеть, наверное, потому, что шапка была маловата. Давайте попробуем расколдовать лес. Внимательно рассмотрите картинку, затем

превратите все линии в законченные рисунки. Помните, что лес был необычайно красив и полон обитателей».

Выигрывает ребенок, который создал целостное изображение леса, используя все данные элементы.

Примечание. Для раскрытия сюжета можно предложить детям дополнить получившиеся рисунки изображениями зверей, птиц, насекомых, людей или сказочных персонажей.

Упражнение №34. «Поможем художнику»

Цель: развитие воображения, образного мышления, гибкости построения графического контура, изобразительных навыков.

Оборудование: карточки с изображением геометрических фигур и линий (по количеству детей); простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей или фломастеров (для каждого ребенка).

Взрослый раздает детям карточки к игре и говорит: «Один рассеянный художник решил подготовить картины для выставки. Он сделал наброски - провел некоторые штрихи, а потом отвлекся и забыл, что хотел нарисовать. Ребята, помогите художнику. Рассмотрите штрихи и превратите их в изображения различных предметов. Возможно, тогда художник вспомнит, что он хотел нарисовать. Затем мы устроим выставку и выберем лучшие картины».

Примечание. При возникновении трудностей, взрослый показывает на доске образец выполнения задания. Если один из детей справится с заданием быстрее, то можно предложить ему дополнительный вариант.

Для усложнения игры количество исходных фигур увеличиваются и доводят до 10 - 20.

Упражнение №35. «Мастерская форм»

Оборудование: фланелеграф, полоски бархатной бумаги, по форме напоминающие счетные палочки; наборы счетных палочек (по количеству детей).

Взрослый, прикрепляя к фланелеграфу полоски бархатной бумаги, конструирует схематические рисунки.

Затем он раздает детям наборы счетных палочек и говорит: «Постарайтесь, как можно точнее скопировать мои рисунки». После завершения обучающего упражнения, взрослый предлагает детям сложить из счетных палочек новые необычные (или реалистические) картины.

Упражнение №36. «Добрые – злые»

Оборудование: карточки с контурным изображением двух фей (королей, волшебников, принцесс и пр.) (по количеству детей); простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей или фломастеров (для каждого ребенка).

Взрослый раздает детям карточки к игре и говорит: «На листе бумаги вы видите изображения двух фей. Представь те себе, что одна из них злая, другая добрая. Чтобы всем было понятно, где какая фея, дорисуйте и раскрасьте лица

и одежду. Возможно, вы захотите изобразить какие-нибудь волшебные вещи или сказочных спутников наших фей».

Примечание. Можно предложить детям изобразить фей при помощи мимики и пантомимы и выбрать ребенка, который, используя выразительные движения, создал наиболее яркие образы.

Упражнение №37. «Модельеры»

Цель: развитие воображения, мелкой моторики, художественного вкуса, активизация мышления и речи.

Оборудование: портреты с репродукций (плакатов, обложек журналов и пр.), наклеенные на картон (по количеству детей); лист бумаги, простой карандаш, ластик, набор карандашей или фломастеров, клеящий карандаш, набор цветной бумаги, фольга, лоскутки ткани, кусочки меха и т.п. (для каждого ребенка).

Взрослый раскладывает, стимульный материал (портреты) и говорит: «Представьте, что вы модельеры. К каждому из вас обратился человек, который хочет, чтобы вы помогли ему выглядеть нарядно».

Взрослый предлагает детям выбрать портреты, внимательно рассмотреть их, придумать и создать подходящие наряды. С помощью аппликационного материала сделать головной убор (кокошник, шляпу, платок и пр.), украшения (бусы, ожерелья, серьги, броши и пр.). Если на портрете женщина или девушка, нарисовать на листе бумаги костюм (бальное платье, сарафан, фрак и т.п.).

После выполнения творческого задания начинается показ моделей. Взрослый просит детей назвать имя своих «манекенщиков» рассказать об их профессии, характере.

Примечание. Для подобных игр желательно подбирать портреты людей, отличающихся полом и возрастом, выражением лица. Портреты политических, исторических деятелей использовать неэтично.

Упражнение №38. «Сложи картинку из фигур»

Цель: развитие воображения, образного мышления, пространственной ориентировки, конструктивных навыков.

Оборудование: фланелеграф, набор геометрических фигур разного размера и цвета (круги, треугольники, квадраты, прямоугольники) для работы с фланелеграфом; наборы геометрических фигур разного размера (круги, треугольники, квадраты, прямоугольники), вырезанных из цветного картона (по количеству детей).

Взрослый, прикрепляя к фланелеграфу круги, квадраты, треугольники, прямоугольники, конструирует простейшие рисунки, например такие:

Затем он раздает детям наборы геометрических фигур и говорит: «Постарайтесь, как можно точнее скопировать мои рисунки».

После завершения обучающего упражнения, взрослый предлагает детям сложить из имеющихся геометрических фигур новые красивые (или необычные) картины.

Упражнение №39. «Фоторобот»

Цель: развитие воображения, эмоциональной сферы, комбинаторных навыков, мелкой моторики, активизация мышления и речи.

Оборудование: портреты с репродукций (плакатов, обложек журналов и пр.), разрезанные на полосы - отдельно лоб, отдельно подбородок, отдельно глаза, отдельно нос и т.д. (по количеству детей).

Взрослый раскладывает стимульный материал и говорит: «Должно быть, вы видели, как в детективных фильмах криминалисты составляют фоторобот. Чтобы создать портрет человека, они подбирают и соединяют части лица. Сейчас и мы попробуем составить фотороботов различных людей. Подберите подходящие полосы, сложите их так, чтобы получился портрет человека. Придумайте ему имя, профессию, расскажите о его характере».

Упражнение № 40. Игра «Гномик»

Цель: развитие воображения

Описание: Участникам дается инструкция: «Представь себе, что на люстре в комнате сидит гномик. Расскажите, что он может видеть отсюда»

Важно помочь детям сделать описание комнаты с необычной для них пространственной точки видения, нужно, чтобы дети представили недоступные места для их глаз.

Упражнение №41. «По шучьему велению»

Цель: развитие коммуникативных способностей, умения обратиться к другому человеку с просьбой, умения понимать другого.

Описание: Водящий говорит: «По шучьему велению, по моему хотению...» Обращается к кому-то конкретно и о чем-то его просит. Например, просит пройтись по комнате или загадать загадку. Исполнивший просьбу становится водящим.

Упражнение №42. «Упрямый осел»

Цель: разогрев тела, формирование его готовности к работе, активизация участников занятия.

Инструкция: «Об упрямстве ослов ходят легенды. Если осел остановился на дороге и отказывается идти вперед, то от хозяина требуется недюжинное упорство, терпение, а порой и физическая сила, чтобы сдвинуть с места серого упряма. Представьте, что в руке у вас повод, к которому привязано животное. Попытайтесь сдвинуть его с места! Ослабляйте время от времени повод и пробуйте вновь! Учтите, что у упрямого ослика достаточно сил и времени. Успеха!».

Упражнение №43. «Апельсин»

Цель: развитие воображения, формирование способности изменить форму стимула таким образом, чтобы увидеть в нем новые признаки и возможности для использования.

Инструкция: «Давайте вообразим, что это (педагог показывает мяч) – апельсин. Сейчас мы будем бросать его друг другу, говоря при этом, какой апельсин мы бросаем. Будем внимательны: постараемся не повторять уже названные качества, свойства апельсина и сделаем так, чтобы мы все принимали участие в работе».

Ведущий начинает работу, называя любую характеристику воображаемого апельсина, например, «сладкий». В процессе выполнения упражнения педагог побуждает участников к более динамичной работе, формулируя свои высказывания позитивно, например, «Давайте работать быстрее».

Также ведущий обращает внимание группы на моменты, когда происходит переход в другую содержательную плоскость. Например, звучали такие характеристики как «желтый», «оранжевый», а следующий участник говорит: «кубинский». В этом случае педагог может сказать: «Появилась новая область – страна-производитель».

Упражнение №44. «Куб»

Цель: развитие креативного мышления, осознание барьеров креативности.

Описание: У ведущего в руках лист с изображением куба. Он просит посмотреть на рисунок и сказать, что на нем изображено. Участники высказывают свои версии. Педагог подводит итог, повторяя то, что было сказано. Обычно, это – рисунок, куб, геометрическая фигура, несколько квадратов, коробка, комната и т. д. Ведущий говорит: «У нас возникли разные мнения по поводу того, что изображено на этом листе. В то же время, очевидно, что на нем нет ничего, кроме двенадцати отрезков прямых. Как это объяснить?»

В процессе обсуждения участники группы высказывают идеи относительно влияния предыдущего опыта на восприятие, когда «узнается» ранее выстроенная в сознании конструкция.

В зависимости от уровня группы идея может облекаться в разные формулировки: «мы узнаем вещи, которым сами дали имя (название), при этом другие могут даже не подозревать, что этот объект означает для нас», «нам сказали, что такая форма называется кубом, поэтому мы и видим его» и т. д.

Упражнение №45. «Необычный рисунок»

Цель: развитие креативности, осознание барьеров ее проявления.

Описание: Участники группы сидят по кругу. В кругу лежат цветные карандаши, мелки, фломастеры, листы бумаги.

Каждый из участников берет лист бумаги и все-то, что ему потребуется для рисования на своем листе бумаги. На рисование отводится 15 секунд. Через 15 секунд каждый передает свой лист соседу слева. После того, как участник получает лист, на котором уже что-то нарисовано, он должен дорисовать еще что-то, развивая сюжет в любом направлении. Работа

продолжается до тех пор, пока лист каждого не пройдет по кругу и не вернется к «хозяину».

Упражнение №46. «Блиц-турнир»

Цель: развитие оперативности, умения логически мыслить и излагать свое мнение, развитие чувства юмора.

Описание: Каждый пишет на листке бумаги по одному вопросу, сворачивает листок и кладет в шапку. Затем участники по очереди вытаскивают листки, читают вопросы и пытаются на них ответить. Другие члены группы также могут предложить свои варианты ответов. При этом каждый имеет право не отвечать.

Упражнение №47. «Ваше впечатление»

Цель: развитие внимания, памяти, формирование умений выражать свои чувства и отношения через образные выражения или явления окружающего мира, предоставление обратной связи.

Инструкция: «Сосредоточьтесь на своем соседе справа (слева). Вспомните все его проявления во время нашей работы, все, что он говорил, делал. Вспомните чувства и отношения, которые возникали у вас к этому человеку. Для этого у нас будет две минуты».

Когда две минуты прошли, педагог продолжает инструкцию: «Теперь решите, какое из описаний природы, погоды, времени года, которое вы встречали в литературе или придуманное вами, соответствует вашим впечатлениям об этом человеке. Когда все будут готовы, каждый, по очереди, скажет своему соседу возникшее у него описание».

Упражнение №48. Дидактическая игра «Подбери к изображению игрушку»

Цель игры: научить детей зрительному анализу силуэта и формы реального предмета. Упражнять зрение в выделении формы в плоскостном изображении и объемном предмете.

Ход игры. Детям раздаются карточки с силуэтными изображениями. На подносе лежат объемные предметы: игрушки, строительный материал. Педагог предлагает подложить под каждый силуэт предмет соответствующей формы.

Выигрывает тот, кто скорее заполнит все клетки.

Варианты игры могут быть разнообразны. Например, на картинке изображены реальные предметы, дети отбирают вырезанные из картона силуэтные изображения и накладывают на реальные изображения.

Формирование способов сличения, анализа предметов и их изображений является эффективным приемом обогащения предметных представлений. Этому способствуют игры типа «Наложи предмет на его изображение», «Составь предмет из частей», «Найди такой же предмет», «Найди такую же половинку предмета, изображения».

При этом важно учитывать индивидуальные различительные возможности зрения. При низкой остроте зрения и отсутствии навыков восприятия изображения лучше начинать работу по сличению предмета с его реальным, цветным изображением, а затем можно перейти к сличению предмета с силуэтным изображением.

Упражнение №49. «Хорошо-плохо»

Цель: развитие творческих способностей, дивергентного мышления.

Описание: Участники оценивают предмет с разных точек зрения (конфета – это хорошо..., и это плохо...)

Упражнение направлено на формирование понимания детьми противоречий, умения в критической ситуации делать верный выбор, оценивать свои действия.

Упражнение №50. Дидактическая игра «Собери животное из фигур»

Цель: упражнять детей в составлении фигур различных животных (человека) из заготовленных шаблонов круглых и овальных форм.

Материалы: шаблоны частей разных животных.

Ход игры. Собрать из предложенных частей животное, назвать, какое получилось животное, назвать из каких фигур оно состоит, что изображают эти фигуры (голова, туловище, лапы, хвост, уши).

ЗАДАНИЯ 2 УРОВНЯ

Представленные игры и упражнения помогут развить творческое, конструктивное, нестандартное поведение и мышление, способность к импровизации, спонтанность. Занятия могут быть использованы для развития гибкости мышления, принятия решений.

Цель: развитие креативности, нестандартного мышления, способности к импровизации.

Задачи: помочь учащимся осознать общие и личностные барьеры креативности и причины их возникновения; научить техникам стимуляции креативности; развивать творческий потенциал, способность к импровизации и спонтанность.

Цель заданий: снятие излишнего эмоционального напряжения в группе, создание благоприятных условий для работы группы, выработка совместных норм и принципов работы для данной группы, развитие внимания, воображения, оригинальности и расширение общего кругозора участников о творческих способностях людей.

Знакомство участников с правилами общения в группе:

1. Общение по принципу «здесь и теперь». Быть внимательным к своим мыслям, чувствам, действиям, которые возникают у вас у данный момент взаимодействия. Это необходимо для себя и других.

2. Принцип «Я-высказывания». Это значит, высказываться от своего имени: «я так думаю», «я так чувствую».

3. Принцип конфиденциальности – не выносить личную информацию участников за пределы группы.

4. Безоценочность высказываний. Означает не переходить на личности, а высказываться только через чувства: «Я испытываю гнев...»

5. Открытость и искренность настолько, насколько каждый считает это возможным. Лучше промолчать, чем сказать неправду.

Упражнение №1. «Необычные способы использования предмета»
(«Новое применение», «Новое применение для знакомых предметов»).

Цель: развитие дивергентного мышления.

Описание: Участники придумывают новые, необычные способы использования предмета (скрепка, карандаш, газета и др.).

Упражнение №2. «Первая проба на роль»

Цель: осознание применения собственной креативности, умения принимать нестандартные решения в определенных ситуациях.

Описание: В центр круга ставится стул – «стул презентации». Каждый участник группы по очереди садится на этот стул, а остальные представляют себя кинорежиссерами, которым предстоит снимать некий фильм. Для фильма, разумеется, нужно подобрать актеров, пригодных для исполнения той или иной роли. Нужно определить, какая роль по внешним признакам человека и особенностям его поведения в большей степени ему соответствует. Возможно, это роль героя из известного произведения: кинофильма, сериала,

сказки. Можно придумать собственный сценарий. В этом случае, кинорежиссер должен описать, что это за герой, на роль которого способен претендовать человек на «стуле презентации»: его возраст, социальный статус, другие его характеристики, время действия фильма и т.п. Участнику, сидящему на «стуле презентации», не нужно ничего говорить. Он только слушает мнения других. Не обязательно должны высказаться все по каждому сидящему на «стуле презентации». В первую очередь, говорят те, у кого уже появилось четкое представление о возможной роли кандидата.

Рефлексия:

Что Вы чувствовали, сидя на «стуле презентации»?

Какие роли, предложенные вам кинорежиссерами, вызвали недоумение или даже протест?

Какую роль вы бы сыграли с удовольствием?

Трудно ли, будучи кинорежиссером, определить роль, наиболее подходящую для каждого человека?

В каких случаях это удавалось достаточно легко?

Упражнение №3. «Цепочка противоречий»

Усложнение игры «Хорошо-плохо»

Цель: развитие творческого воображения при помощи поисков противоречий.

Описание: Ведущий начинает - «А» хорошо, потому что «Б». Первый участник продолжает - «Б» плохо, потому что «В». Следующий говорит - «В» хорошо, потому что «Г» и т.д.

(Гулять - хорошо, потому что светит солнце. Светит солнце - плохо, потому что жарко. Жарко – хорошо, потому что лето и т. д.)

Упражнение №4. «Спортивные буквы»

(«Живые цифры»)

Цель: развитие умения выражать свои идеи в нестандартном контексте

Описание: Участникам предлагается выбрать какую-нибудь букву (или цифру) и изобразить ее в виде человечка, занимающегося спортом, или животного.

Усложнение: изобразить животное из буквы, похожее на выбранную букву

Упражнение №5. «Несуществующая рыба»

Цель: развитие творческого воображения.

Описание: Существует множество забавных названий рыб. Например, рыба-пила, рыба-игла, рыба-меч, рыба-кабан, рыба-ангел, рыба-клоун, рыба-луна, рыба-попугай, рыба-лягушка и другие. Можно заняться изучением жизни обитателей морских глубин. Предложите участникам придумать и нарисовать свою рыбу. Может быть, это будет рыба-дом, рыба-кровать, рыба-арбуз. Как она выглядит, чем питается, где обитает?

(Можно дать дополнительное задание для развития невербальной креативности: «Нарисуйте свой подводный мир с причудливыми обитателями»).

Упражнение №6. «Что, откуда, как»

Цель: активизация беглости мышления, стимулирующая к выдвижению необычных идей и ассоциаций.

Описание: Участникам, сидящим в кругу, демонстрируется какой-либо необычный предмет, назначение которого не вполне понятно (можно использовать даже не сам предмет, а его фотографию). Каждый из участников по порядку должен быстро ответить на три вопроса:

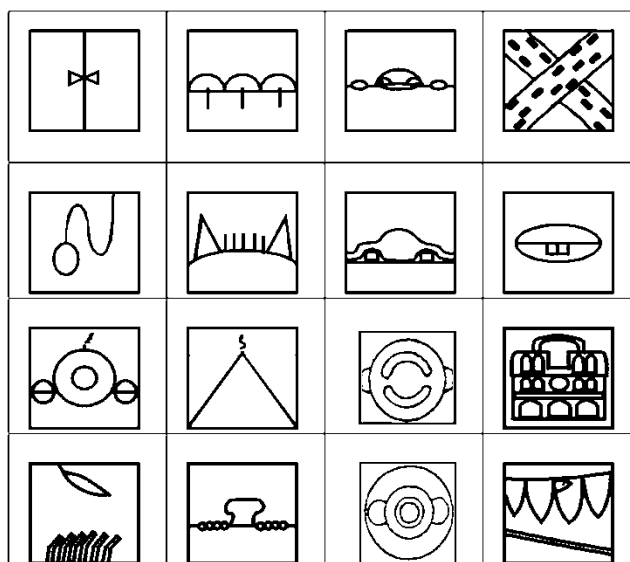
1. Что это?
2. Откуда это взялось?
3. Как это можно использовать?

При этом повторяться не разрешается, каждый участник должен придумывать новые ответы на каждый из этих вопросов. Самый простой способ добыть реквизит для этого упражнения – брать не предметы целиком (их назначение, как правило, более или менее ясно), а обломки чего-либо – такие, чтобы по ним сложно было понять, откуда они взялись.

Упражнение №7. «Друдлы»

Цель: развитие воображения.

Описание: Друдлы (каракули-загадки) – это картинки, которые могут быть интерпретированы по-разному. Кому-то может показаться, что картинке изображены горы, а кому-то – деревья.



Упражнение №8. Дидактическая игра «Волшебные цвета»

Цель: в процессе игры развивать внимание и интерес детей к различным цветам и оттенкам, чувство радости при восприятии красоты природы.

Материал: карточки с разными цветами.

Описание игры: раздать детям карточки с квадратиками разных цветов. Затем педагог говорит слово, например: берёза. Те из детей, которые имеют чёрные, белые и зелёные квадратики, поднимают их кверху.

Затем педагог говорит следующее слово, например: радуга, и квадратики поднимают те дети, цвета которых соответствуют цветам радуги. Задача детей – как можно быстрее реагировать на слова, произнесённые педагогом.

Упражнение №9. «Нарисуем свой герб»

Цель: развитие воображения, образного мышления, изобразительных навыков.

Оборудование: лист бумаги, простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей или фломастеров (для каждого ребенка).

Взрослый рассказывает детям, что такое герб, и предлагает придумать и нарисовать герб:

- а) детского сада;
- б) школы (класса);
- в) города (села, деревни);
- г) своей семьи.

По окончании рисования, дети поочередно демонстрируют свои работы и рассказывают о них.

Выигрывает ребенок, который, по мнению большинства детей, нарисовал наиболее оригинальный и соответствующий заданной теме герб.

Примечание. При возникновении затруднений взрослый показывает детям образцы различных гербов и эмблем.

Упражнение №10. «Спрятанная форма»

Цель: развитие воображения.

Описание: упражнение, похожее на игру «Друдлы». Нужно найти различные предметы в сложном, малоструктурированном изображении.

Можно предложить участникам соревнование – кто найдет больше предметов, не повторив варианты других участников.



Упражнение №11. «Спрятанные цифры»

Цель: развитие невербальной креативности

Описание: Участникам дается задание: «Запишите цифры от 0 до 9 по порядку и дорисуйте к ним различные элементы, чтобы в итоге нельзя было определить, что за цифра написана».

Упражнение №12. «Составление изображения»

Цель: развитие невербальной креативности

Описание: Используя только одни квадратики нужно нарисовать картину (или хотя бы рисунок) на которой изображен какой-нибудь сюжет.

Варианты упражнения: Можно использовать другие фигуры, или несколько геометрических фигур. Фигуры можно поворачивать, изменять размер, использовать по несколько раз.

Упражнение №13. «Спрятанные рисунки»

Оборудование: демонстрационные карточки с изображением геометрических фигур (прямоугольников, кругов, овалов и пр.) разного размера; 2-3 листа бумаги, простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей (для каждого ребенка).

Взрослый показывает детям одну из карточек и говорит: «Ребята, внимательно посмотрите на картинку. Рисунки, которые были изображены на ней, решили поиграть в прятки. Они спрятались за геометрическими фигурами подходящего размера и формы. Догадайтесь, кто или что может скрываться за фигурами, и нарисуйте их на своем листе бумаги».

Примечание. Аналогичная работа проводится с другими карточками. Детям можно предложить нарисовать не одну картину, а все варианты, которые они считают подходящими к данному стимульному материалу. В этом случае учитывается и количество рисунков, которые выполнил каждый ребенок.

Упражнение №14. «Художник»

Цель: развитие невербальной креативности

Описание: Выбрать любой предмет размером не более ладони и, дорисовав, сделать его частью новой картинки.

Так выполнены работы некоторых современных художников:



Упражнение №15. Создание самостоятельных образов «В природе этого нет»

Цель: развитие воображения, активизация внимания, мышления и речи.

Оборудование: доска, цветные мелки.

Ход игры беседы

Взрослый предлагает придумать всем вместе необычное существо:

г) насекомое;

д) инопланетянина.

Он задает детям наводящие вопросы и на основании полученных ответов создает изображение на доске при помощи цветных мелков.

Наводящие вопросы:

У животного (инопланетянина) есть голова? Одна?

Несколько? Какая она (они)?

А шея? Какая она?

Какое у него туловище?

Какие конечности (руки, ноги, лапы, щупальца, крылья)?

Какие глаза, нос, уши, хвост?

Какой рот (губы, зубы, язык)?

Чем покрыто тело (шерстью, чешуей, пухом и пр.)?

Какого цвета все перечисленное?

Взрослый заканчивает рисунок и говорит:

Вот какое существо у нас получилось. Давайте составим о нем рассказ.

Дети отвечают на наводящие вопросы:

Как его зовут?

Где живет это существо?

Чем питается?

Что любит делать?

Что не любит делать?

Какой у него характер?

Много ли у него друзей? Почему?

Кто его враги? Почему? и т.д.

Примечание. На последующих занятиях можно предложить детям самим придумать и нарисовать необычное существо, а затем составить о нем рассказ-описание.

Упражнение №16. «Волшебная нитка»

Цель: развитие воображения, образного мышления, художественного вкуса.

Оборудование: два листа бумаги, нитки, краски (лучше гуашь), кисти (для каждого ребенка).

Взрослый показывает детям клубок ниток и говорит, что эти нитки волшебные, потому что они умеют рисовать картины. Затем он предлагает внимательно посмотреть, как это делается. Нитку окунают в краску и в произвольном порядке укладывают на листе бумаги. Сверху накрывают другим листом, слегка прижимают нижний лист и вытаскивают нитку за один

конец - получается абстрактный рисунок. Дети повторяют все показанные операции и получают причудливые изображения. Взрослый просит детей дать одно или несколько названий картинам.

Примечание. При возникновении затруднений, можно предложить повернуть или перевернуть лист бумаги, придумать название коллективно.

Упражнение №17. «Ожившие мифы»

Цель: развитие воображения, образного мышления, эмоциональной сферы, изобразительных навыков.

Оборудование: иллюстрации с изображением различных мифологических существ; лист бумаги, простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей или краски и кисти (для каждого ребенка).

Взрослый объясняет детям, что такое мифы, рассказывает о существах, встречающихся в мифологии разных народов, показывает их изображения, обращая внимание на качества характера, присущие мифологическим героям, Затем детям предлагается самостоятельно изобразить и раскрасить мифологических персонажей.

Варианты рисунков:

- а) дракон;
- в) рыба-кит;
- г) тролль;
- д) русалка;
- ж) кентавр;
- з) королевы времен года (зимы, весны, лета, осени);
- и) повелитель ветра;
- к) дух земли;
- л) дух огня и т.д.

Примечание. Если дети достаточно хорошо владеют техникой лепки, то можно предложить им вылепить мифологических персонажей из пластилина.

Упражнение №18. «Взгляд в будущее»

Цель: развитие воображения, изобразительных навыков, активизация мышления и речи.

Оборудование: лист бумаги, простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей или краски и кисти (для каждого ребенка).

Взрослый говорит детям: «Ребята, ни один человек не может знать наверняка, что будет завтра, через неделю, через месяц, через год, а тем более спустя десять, двадцать или более лет, то есть в будущем. Наверняка многое изменится, но как, никто не знает. Давайте пофантазируем, попробуем представить картины будущего и нарисовать их».

Варианты рисунков:

- а) автомобиль будущего;
- б) дом моей мечты (дом, в котором они хотели бы жить в будущем);
- в) космический корабль;

г) фантастический пейзаж (Земля в далеком будущем или неизвестная планета, которую предстоит открыть).

По окончании рисования, взрослый предлагает детям продемонстрировать рисунки и рассказать о них.

Упражнение №19. «Дом моделей»

Цель: развитие воображения, образного мышления, изобразительных навыков, художественного вкуса.

Оборудование: картонная модель куклы, лист бумаги, простой карандаш, ластик, набор цветных карандашей (для каждого ребенка).

Взрослый раздает детям модели кукол и говорит: «Каждый модельер стремится придумать свою коллекцию одежды, старается, чтобы его модели отличались от остальных. Это нелегко, ведь нужно учесть, кому предназначена одежда, где будут ее носить, в какое время года. Представь те, что вы работаете в доме моделей, и нарисуйте коллекцию одежды».

Варианты коллекций:

- а) лето, отдых и пляж;
- б) весна - осень;
- в) зимушка-зима;
- г) работа - это красиво;
- д) вечернее платье, выход в свет;
- е) домашняя одежда;
- ж) спортивная одежда;
- з) школьная форма;
- и) театральный костюм и т. д.

Упражнение №20. «Изменяющийся рисунок»

Оборудование: большой лист бумаги и набор цветных фломастеров или доска и набор цветных мелков.

Взрослый предлагает первому игроку, задумать какое-нибудь изображение и нарисовать только один элемент. Второй игрок говорит, что это может быть, и проводит еще одну линию. Следующий должен придумать уже что-нибудь другое и дорисовать линию в соответствии со своим замыслом. Так продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из играющих уже не сможет изменить рисунок по-своему.

Примечание. Игра может проходить и без называния своих замыслов, т.е. молча.

Упражнение №21. «Говорящие рисунки»

Цель: развитие воображения, образного мышления, графических навыков.

Оборудование: образец пиктографии; лист бумаги, простой карандаш, ластик (для каждого ребенка).

Взрослый говорит детям: «Когда-то, давным-давно, люди не знали букв и не умели писать, а истории, которые им надо было сохранить и запомнить,

они рисовали. Такой вид записи назывался пиктографией, и им пользовались в древних странах - в Египте и Ассирии, Японии и Китае. Мы тоже можем оставить на память о себе какую-нибудь историю или сказку. Если вместо букв мы будем использовать «говорящие» рисунки, то нас смогут понять жители разных стран. Чтобы рисунки стали «говорящими», они должны быть совсем простыми и в то же время понятными. Посмотрите, как можно при помощи рисунков «записать» начало сказки: «Красная Шапочка пошла в лес и встретила волка».

Взрослый рисует на доске или показывает детям готовый образец.

Детям предлагается при помощи пиктографии продолжить сказку про Красную Шапочку или изобразить то, что произошло с другими сказочными героями - Колобком, Буратино, Дюймовочкой и т.д.

Примечание. Когда дети освоят пиктографическую запись, можно будет предложить им придумать истории, изобразить их, обменяться рисунками и попробовать «расшифровать» записи друг друга и рассказать содержание историй.

Упражнение №22. Игра «Цветные корзинки»

Первая игра используется с самыми маленькими детьми и называется "Цветные корзинки".

Цель игры: игра направлена изучение цветов детьми 2,5-3,5 лет, запоминание названий основных цветов, развитие речевых навыков дошкольников, развитие наблюдательности, памяти.

Ход игры: детям предлагается собрать в корзинки перепутанные предметы, ребенок тянет любую карточку, но положить ее он должен в корзинку того же цвета, при этом громко назвать цвет и предмет который он выбрал.

Упражнение №23. «Принцесса и крестьянин»

Цель: побудить людей к творческому мышлению.

Размер группы: от 5 до 15 человек.

Условия: классная комната. Вам понадобится по одному экземпляру текста истории на каждого участника.

Порядок действий:

1. Расскажите историю о принцессе и крестьянине.
2. Раздайте каждому участнику по экземпляру истории и разрешите обсуждать проблему сколь угодно долго – скорее всего, это займет 5-10 минут.
3. Предложите собственный ответ на загадку, но если кто-то рассудит иначе, тем лучше.

Текст: Крестьянин захотел жениться на принцессе. Король, ее отец, пришел в ярость и приказал отрубить крестьянину голову за дерзость.

Но крестьянин был красив, а королева добра и желала дочери счастья, поэтому она уговорила короля подвергнуть крестьянина испытанию. Было решено, что он должен вытащить из ящика одну из двух карт и принять то, что будет на ней написано, как свою судьбу. На одной карте будет написано

«свадьба», а на другой – «смерть». Если он откажется, то умрет. Однако король смошенничал: пометил обе карты словом «смерть» и положил их в ящик.

Королева заметила это и поспешила рассказать обо всем принцессе, чтобы та смогла предупредить своего возлюбленного о неразрешимой задаче и той ужасной опасности, что нависла над ним. Однако, когда пришло время испытания, крестьянин держался спокойно. Он вытянул карту, после чего женился на принцессе и жил после этого счастливо. Король так рассвирепел, что умер от удара, а королева унаследовала престол.

Как крестьянину удалось избежать ловушки, устроенной злым королем?

Правильный ответ: правильный ответ гласит, что крестьянин вытянул карту и, не взглянув на нее, порвал на клочки, проглотил и сказал: «Пусть другую карту достанет король, и я узнаю свою судьбу из его рук. Если он вытянет "свадьбу", я буду знать, что моей картой была "смерть", и смирюсь со своей судьбой. Но если картой короля будет "смерть", я пойму, что моей была "свадьба", и смогу жениться на принцессе».

Завершение: участники часто считают, что короля тем или иным способом надули. Например, они скажут, что крестьянин подкупил человека, который клал карты в ящик, или что он попросил принцессу заменить «свадьбу» на «смерть». Один участник предположил, что эта история является старой французской сказкой, и что королева заставила короля написать букву «с», которая будет означать «смерть», а король был так глуп, что не вспомнил, что «с» означает также и «свадьбу».

В действительности не важно, какие предположения высказывают люди. Единственной целью занятия является немного встряхнуть их мозги.

Необходимое время: около 20 минут.

Упражнение №24. «Чего на свете не бывает?»

Цель: развитие воображения, образного мышления, изобразительных навыков.

Оборудование: лист бумаги, простой карандаш, ластик, краски и кисти или набор цветного пластилина (для каждого ребенка).

Взрослый предлагает детям нарисовать (вылепить из пластилина) то, чего на свете не бывает.

По окончании рисования (лепки) дети поочередно демонстрируют свои работы и рассказывают о них. Все участники игрового упражнения обсуждают: действительно ли то, что изображено (вылеплено) не встречается в реальной жизни.

Выигрывает ребенок, который создал наиболее выразительный фантастический образ.

Упражнение №25. «Рисунок пальцами»

Цель: развитие воображения, образного мышления, мелкой моторики.

Оборудование: листы бумаги, гуашь, смешанная с зубной пастой, салфетки (для каждого ребенка).

Взрослый предлагает детям нарисовать картины красками, но без кисти, то есть при помощи собственных пальцев.

Виды «картин»:

а) пейзаж;

б) натюрморт;

в) портрет (или автопортрет);

г) обложка или иллюстрация к любимой книге и т. д.

По окончании рисования, дети демонстрируют картины, рассказывают о них.

Выигрывает ребенок, который при помощи пальцеграфии создал наиболее выразительный и оригинальный образ.

Упражнение №26. «Самое веселое»

Цель: развитие воображения, образного мышления, эмоциональной сферы, изобразительных навыков.

Оборудование: лист бумаги, краски и кисти (для каждого ребенка).

Взрослый предлагает детям придумать и нарисовать что-нибудь веселое - самое веселое на свете. Он обращает внимание, что можно изобразить не только предметы: вполне допустимы различные сочетания цветов и форм.

По окончании рисования дети демонстрируют свои картины и рассказывают о них.

Примечание. Аналогично проводятся игры «Самое грустное», «Самое доброе», «Самое злое», «Самое красивое», «Самое счастливое» и т.д.

Упражнение №27. Дидактическая игра для дошкольников «Веселые фломашки»

Описание работы: Дидактическая игра «Веселые фломашки» направлена на обучение детей различать цвета и понимать названия цвета. Ее можно использовать в индивидуальной работе с детьми, для работы с подгруппой и самостоятельной деятельности. Данное упражнение будет полезно для детей 2 -4 лет, педагогам и родителям.

Дидактическая игра «Веселые фломашки» изготовлена из бросового материала (колпачки от фломастеров, шнурка), картона и бумаги, лица фломашек скопированы с сайтов. Дети очень любят играть маленькими фигурками с забавными добрыми личиками. Поэтому и в свою игру были внесены такие фигурки. Вы, конечно же, догадались, почему их так зовут.

Нам понадобятся: разноцветные фигурки «фломашек», плоскостные фигурки цветов, грибов, ведерок, картонные конусы (домики) соответствующие цвету фигурок фломашек.

Цель: научить детей различать и называть цвета.

Задачи:

Образовательные: Закрепить знания о цвете, учить группировать предметы по цвету

Развивающие: Развивать у детей мелкую моторику рук, сенсорику, зрительное восприятие, произвольное внимание, логическое мышление и речь

Воспитательные: Воспитывать умение выполнять правила игры. Побуждать детей к самостоятельной деятельности.

Словарь: красный, желтый, зеленый, синий

Игровая мотивация: На лесной полянке в разноцветных сказочных домиках дружно живут фломашки. Они любознательные, непоседливые и веселые.

Варианты игры:

Вариант первый. Рассмотрите всех фломашек. Выделите их отличительные особенности. (Бантик или шляпка на голове каждой фломашки такого же цвета, как и ее платье.) Если желаете, можете придумать фломашке имя.

Данный вариант можно использовать как игру «Угадай, кто спрятался?»

После того как ребенок рассмотрит фигурки попросите его отвернуться. Уберите или добавьте одну фигурку фломашки и попросите ребенка угадать, кто спрятался или кто появился. В дальнейшем, когда ребенок запомнит основные цвета, можно ввести в игру фигурки других цветов: голубые, розовые, фиолетовые и т.п.)

Вариант второй. На умение различать и понимать цвета, подбирать предметы одинакового цвета.

Каждая фломашка живет в своем уютном домике. Рассмотрите домики.

Цвет домика каждой фломашки соответствует цвету, который присутствует в ее наряде.

Поселите каждую фломашку в своем домике (Наденьте домик-конус сверху на куколку).

Но иногда они любят пошутить и прячутся в чужих домиках. Проверьте домики - все ли фломашки на своих местах?

Если нет, то переместите их в свои домики.

Вариант третий. Научить группировать предметы по цвету.

А) Когда в лесу вырастают грибы фломашки ходят их собирать. Каждая куколка берет ведерко своего цвета, в которое собирает грибы такого же цвета.

Спросите ребенка:

-Какого цвета твоя фломашка?

-Какое ведерко она возьмет?

-Какого цвета грибы она будет собирать?

Помогите фломашкам собрать грибы.

Б) Фломашки очень любят цветы. Помогите каждой фломашке собрать цветы такого цвета как она сама.

Фломашки очень добрые и заботливые. Они любят делать приятное для своих подруг. Помогите фломашке собрать и подарить цветы своей подружке (цвет цветов должен соответствовать цвету подружки).

Для данного варианта игры подобраны силуэты настоящих цветов трех цветов: красные, желтые и синие. Рассматривая и собирая эти цветы, ребенок запомнит их название и научится их узнавать. Красные цветы - мак, гвоздика, тюльпан, роза. Синие цветы - колокольчик, василек, цикорий, незабудка, фиалка. Желтые - мать и мачеха, одуванчик, лилия, тюльпан, кувшинка. Так

же, как и грибы, можно использовать простые силуэты цветов разных по цвету (по несколько каждого).

Каждую из этих игр можно нарисовать самим или изготовить при помощи компьютера и цветного принтера.

Упражнение №28. Игра «Морское дно»

Цель игры: развитие навыков художественной композиции, развитие речи, логического мышления, памяти.

Очень распространенная игра, которую можно использовать не только на изодейтельности, но и в других образовательных областях. Детям демонстрируется морское дно (пустое), и нужно сказать, что все морские жители захотели поиграть с нами в "Прятки", а чтобы их найти нужно отгадать про них загадки. Тот кто угадал, вешает жителя на фон. Получается законченная композиция. Воспитатель мотивирует детей к изобразительной деятельности. (Хорошо использовать со средней и старшей группами). Таким же образом можно изучать с детьми и другие темы сюжетных композиций: «Летний лужок», «Лесные жители», «Осенний урожай», «Натюрморт с чаем» и т.п. Можно пригласить к доске несколько детей и попросить их составить разные композиции из одних и тех же предметов. Данная игра развивает сообразительность, реакцию, композиционное видение.

Упражнение №29. Дидактическая игра «Шарфики и шапочки»

Эти мишки собрались на прогулку. Шарфики они уже завязали, а шапочки перепутали. Помоги им разобраться, где чья шапочка. Как же это узнать? Посмотри на шарфики (это подсказки). Подбери шапочки по цвету шарфиков. Выбери шапочку для мишутки с желтым шарфиком (синим, зеленым...). Назови цвета шапочек по порядку - сверху вниз: зеленая, желтая... А теперь наоборот - снизу вверх - фиолетовая, оранжевая... Вспомни какого цвета твоя шапочка? Посмотри на мишек и скажи, по цвету они одинаковые или разные. (Это разные оттенки коричневого цвета.) Какой мишка тебе нравится больше всех?

Упражнение №30. Дидактическая игра «Цветное чаепитие у Ситоры и Юлдуз»

Куклы приглашают подружек на чай. Помоги им сервировать стол. Посмотри: посуды много-много, а кукол - две. Значит, всю посуду нужно разделить поровну на два сервиза. Но не просто так: это Ситоре, а это Юлдуз. Давай подумаем вместе, как лучше распределить посуду. Посуда одинаковая по цвету или разная? А какого цвета одежда у кукол? Какая посуда больше подходит кукле с красным бантиком? (Чайник и чашки с блюдцами в красный горошек, красная сахарница с белыми горошками и вазочка с красным цветком.) А какую посуду нужно отобрать для куклы в синем? Назови, что каждая из кукол поставит на стол для своих гостей.

Упражнение №31. Дидактическая игра «Что нам стоит дом достроить!»

Эти домики строили-строили, но не достроили. А задумали их так, чтобы в каждом чередовались два цвета. Дострой домики. Какие детали нужно поставить сверху? Найди домик, у которого внизу два зеленых кубика. Кубик какого цвета стоит сверху? (Красный.) А какие кубики поставили потом? (Зеленые.) Значит, какой кубик нужно поставить сверху? Найди его в ряду справа. Рассмотрите каждую постройку (остальные можно закрыть) и подбери недостающие детали. Покажи домик из оранжевых и зеленых кубиков. Из желтых и зеленых кирпичиков? Назови цветные детали, из которых построили остальные домики.

Упражнение №32. Дидактическая игра «Пестрый клоун»

Клоун готовится к выступлению. Помоги ему нарядиться. У клоуна в одежде всегда все наоборот. Один рукав зеленый, а перчатка на этой же руке красная. Другой рукав красный, а перчатка на этой руке зеленая. Давай посмотрим вместе. Что у клоуна на голове? Где зеленый колпак? Какой помпон нужно к нему пришить? (Красный.) А какой помпон подойдет для красного колпака? (Зеленый.) Найди такой же цвет на зонтике. Покажи такую же по цвету перчатку. На какую руку клоун ее наденет? Покажи и назови все красное. Где красный башмак? На какую ногу клоун его обует? Назови цвет пуговицы и найди этот цвет на зонтике.

Упражнение №33. Дидактическая игра «Вкусная» палитра»

Назови каждую картинку и найди на палитре ее цвет. Подбери все пары: лимонный - лимон... (и т.д.) А теперь попробуй угадать, как можно назвать другие цвета. Найди среди картинок морковку и на палитре подходящий. Как называется этот цвет? (Оранжевый.) Но можно сказать и по-другому - морковный. Покажи на палитре свекольный цвет. Сиреневый. Оливковый. Если трудно, сравнивай с изображениями плодов, цветов. Как бы ты назвал цвет сливы? (Фиолетовый, или иначе - сливовый.) Чем желтый цвет отличается от лимонного? (Лимонный - это оттенок желтого с легкой примесью зеленого.)

Упражнение №34. Дидактическая игра «Цветные нюансы»

Иногда художники пишут копии своих картин, которые полностью повторяют оригинал (первое, основное произведение) или же имеют какие-то отличия. Сравни эти натюрморты и найди 5 отличий. На первый взгляд, они кажутся одинаковыми. Всмотрись в колорит обеих картин, сравни все предметы попарно. А потом попробуй нарисовать с натуры свой натюрморт. Возьми вазу или кувшин. Поставь на стол. Положи рядышком крупные, яркие фрукты. Отойти и полюбуйся. Если нужно, подвигай предметы натюрморта в поисках наиболее интересной композиции. И начинай рисовать, сверяясь с натурой. Будь внимательнее к цвету.

Упражнение 35. «Вместе или отдельно?»

Цель: развитие внимательности и логического мышления.

Описание: Один из участников выходит из комнаты. В это время группа договаривается о признаке, по которому она могла бы разделиться на две подгруппы. Вначале признак этот должен быть только визуальным. Например, в одном углу сидят люди, носящие очки, в другом – те, у кого очков нет. Или в одной группе – те, у кого на руке есть часы, в другой - участники без часов...

После того, как разделение произошло, в комнату возвращается игрок, которому предлагается проанализировать «картинку» и на основании увиденного сказать, какой признак лег в основу распределения участников по группам.

На «продвинутом» этапе можно попробовать проводить разделение, основываясь на качествах характера, общности интересов...

Упражнение 36. «Человек из будущего»

Цель: развитие воображения, нестандартного и творческого мышления.

Описание: В течение 5 минут участники должны разделиться на две команды, выбрать 1 члена команды и представить его в образе Человека из Будущего. Для превращения можно использовать набор предметов, который находится у каждой команды (тарелка, ленточки, скотч, цветные карандаши, пластмассовые пробки, значки). Затем каждая команда представит своего героя, используя в своей защите нестандартные ответы на следующие вопросы:

- Где живет главный герой?
- Что он любит кушать?
- Какая у него профессия?

Упражнение № 37. «В кого вы играли в детстве?»

Игра — состояние, в котором мы все были в детстве. Но мы теряем способность играть, когда учимся все планировать заранее, устанавливать цели и измерять результаты. Игра никогда не оставляет нас, но мы приглушаем эту способность. Игра нужна нам для обучения, открытий, установления связей с людьми и творчества. Стюарт Браун, основатель Института игры, считает, что люди делятся на следующие типы игроков:

- джокер — любит смешить людей, такой себе клоун в классе;
- исследователь — любит приключения и открытия, эти люди путешествуют и исследуют;
- кинестет — любит физически активные игры: спорт, танцы или просто лазить по деревьям;
- режиссер — собирает детей вокруг и говорит: «А сейчас мы будем делать вот это...»;
- коллекционер — коллекционирует открытки, значки, монеты;
- сторителлер — любит выдумывать, писать и рассказывать истории;
- соперник — любит любые игры, где есть соревнование;

- художник — любит творить: рисовать, лепить.

Большинство людей представляет собой комбинацию двух типов игроков. Подумайте, к какому типу вы относитесь, ведь то, как вы играли в детстве, является источником вашего вдохновения в жизни.

Упражнение 38. Дидактическая игра «Симметричные предметы (кувшины, вазы, горшки)»

Цель: закреплять с детьми представление о симметричных предметах, знакомство с профессией гончара.

Материалы: шаблоны кувшинов и ваз, разрезанные по оси симметрии.

Ход игры. У гончара разбились все горшки и вазы, которые он изготовил для продажи на ярмарке. Все осколки перемешались. Надо помочь гончару собрать и «склеить» все его изделия.

Упражнение №39. “Зайка моя”

“Каждый из вас наверняка помнит популярную шуточную песню “Зайка моя”. Сейчас каждый по очереди будет бросать мяч любому сидящему, произнося подобную фразу. Тот, кому адресован мяч, должен продолжить эту фразу словами “Я твой(я)...” и предложить новое начало фразы, бросая мяч другому участнику. Одно условие - слова из песни не повторять”.

Это упражнение, направлено на совершенствование ассоциативных механизмов мышления. Проходит динамично и весело, существенно улучшает настроение в группе.

Упражнение № 40. “Час молчания”

Не пугайтесь, набирать в рот воду и молчать не придётся. Как следует из названия упражнения, данному заданию вы посвятите лишь один час, но при этом вам не следует отрываться от своих привычных дел и обычного распорядка дня.

В течение этого времени отвечайте людям только на общие вопросы, используя “да”, “нет” и “не знаю”. Ведите себя естественно, чтобы никто из окружающих не заподозрил ничего странного. Ни у кого не должно сложиться впечатления, что вы не в себе, заболели или встали утром не с той ноги. Попробуйте, мы уверены, вам понравится.

ЗАДАНИЯ 3 УРОВНЯ

Творческая составляющая присутствует в каждом человеке от рождения. Посмотрите, как раскованы дети в любой творческой деятельности. К сожалению, большинство из нас теряет свободу творчества под влиянием воспитания и социального окружения.

Практические упражнения, которые помогут сделать ваш ум более острым и гибким, а также развить вашу креативность и будут способствовать дальнейшему совершенствованию творческого мышления.

Групповая дискуссия. Обсуждаются вопросы:

- Приходилось ли вам испытывать неуверенность в себе? В каких ситуациях?

- Что такое уверенность в себе?

Ведущий заводит с участниками разговор, который должен помочь в выявлении и уточнении тех проблем каждого из них, которые касаются его уверенности в себе. Ведущему необходимо побуждать участников к тому, чтобы они оценивали свое поведение и приводили примеры из своей жизни, когда они вели себя уверенно либо неуверенно.

Ведущий должен терпеливо разъяснять членам группы, что такое уверенное поведение и чем оно отличается от неуверенного и агрессивного поведения. Ему следует всячески подчеркивать отрицательные стороны неуверенного поведения и важность тех дополнительных возможностей, которые появляются в жизни благодаря уверенности в себе, включая возможность осуществлять контроль над своей жизнью. Уверенность в себе ведет к росту самоуважения.

Ведущему необходимо зачитать список прав человека, которые поддерживают его уверенность в себе.

Вы имеете право:

- иногда ставить себя на первое место;
- просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- протестовать против несправедливого обращения и критики;
- на свое собственное мнение и убеждения;
- совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;
- предоставлять людям решать свои собственные проблемы;
- говорить “нет, спасибо”, “извините, НЕТ”;
- не обращать внимание на советы окружающих и следовать своим собственным убеждениям;
- побыть одному(ой), даже если другим хочется вашего общества;
- менять свои решения или избирать другой образ действий;
- добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает.

Вы никогда не обязаны:

- быть безупречным(ой) на 100%;
- следовать за толпой;
- любить людей, приносящих вам вред;

- извиняться за то, что были самим собой;
- жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;
- сохранять отношения, ставшими оскорбительными;
- выполнять неразумные требования;
- нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;
- отказываться от своего “Я” ради кого бы то и чего бы то ни было.

Участникам группы необходимо показать, что уверенность в себе не следует путать с бесчувственностью и ограничивать ее выражением только отрицательных эмоций. Важным условием развития уверенности в себе является способность к выражению положительного, заботливого отношения к другим. Группе необходимо сказать и то, что право на уверенность в себе не означает необходимости быть уверенным при любых обстоятельствах.

Упражнение № 1: “Два случайных слова”

В качестве вводных слов к данному упражнению процитируем Стива Джобса: *“Креативность – это просто создание связей между вещами. Когда творческих людей спрашивают, как они что-то сделали, они чувствуют себя немного виноватыми, потому что они не сделали ничего на самом деле, а просто заметили. Это становится им понятно со временем. Они смогли связать разные кусочки своего опыта и синтезировать что-то новое. Это происходит потому, что они пережили и увидели больше, чем другие, или потому, что они больше об этом размышляют”*.

Возьмите с полки толковый словарь или любую книгу. Выберите наугад любые два слова. Для этого закройте глаза, откройте книгу на любой странице и ткните пальцем. Таким образом, выберите два слова. А теперь проанализируйте эти слова, поищите взаимосвязи, постарайтесь между ними найти что-нибудь общее, придумайте историю с этими словами, которая их связала бы воедино. Как можно чаще выполняйте это упражнение, тренируйте свой мозг и воображение. Почему это упражнение подходит для развития креативного мышления? Креативность — это умение устанавливать связи между предметами, явлениями. Мышление творческих людей отличается тем, что они умеют связывать воедино частички своего опыта, обобщать его и синтезировать все это во что-то новое, так как умеют обо всем этом размышлять.

Упражнение № 2: “Игра в ассоциации”

Посмотрите вокруг себя. За какой предмет зацепился ваш взгляд? Предположим, за диктофон, что лежит на столе. Теперь возьмите бумагу и ручку и напишите 5 прилагательных, которые наиболее подходят к выбранному вами предмету.

Например, а нашем случае: *диктофон...*

- *стильный;*
- *функциональный;*
- *удобный;*
- *легкий;*

- *белый.*

Получилось? Продолжим. Напишите еще 5 прилагательных, которые к выбранному вами предмету абсолютно не подходят. Сделать это будет несколько сложнее: *диктофон...*

- *изумрудный;*
- *зимний;*
- *жареный;*
- *ситцевый;*
- *сморщенный.*

Вот, что пришло нам в голову. Покопайтесь в своих ощущениях и восприятии окружающего мира и отыщите нужные определения. Приложите чуть больше усилий, и все получится, главное не оставляйте задание невыполненным. Посидите и поразмышляйте.

Упражнение № 3: “Безумный архитектор”

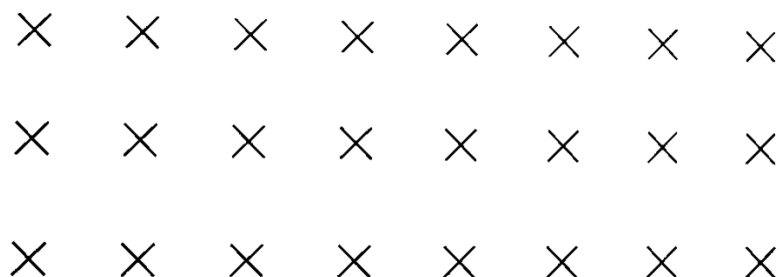
Как вы смотрите на то, чтобы примерить на себя роль архитектора и спроектировать, к примеру, свой загородный дом? Даже, если вы совсем не умеете рисовать и с ужасом вспоминаете школьные уроки черчения. Поверьте, здесь нет ничего страшного. Умения рисовать и чертить здесь не важны. Главное – сам процесс. Мы смогли вас убедить? Отлично, тогда начали.

Сначала запишите на листе бумаги 10 любых существительных. *Апельсин, ваза, лужайка, вода, томат* – все, что приходит в голову. Представьте, что эти 10 слов – 10 обязательных условий заказчика, которому вы проектируете дом.

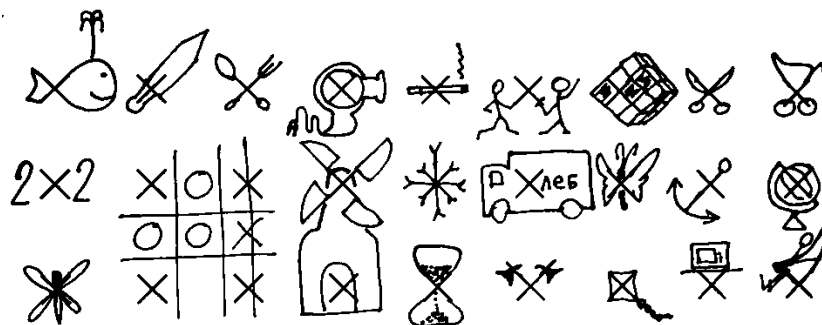
Например, “*апельсин*” – выкрасите стены загородного дома в оранжевый цвет, “*вода*” – пусть перед домом будет прудик с водопадом или небольшой фонтан, “*томат*” – это красные рыбки в пруду или занавески в горошек на окнах и т.д. Просто дайте волю своей фантазии, включите креативность. Рисуйте и представляя, как бы это могло выглядеть в реальной жизни.

Упражнение № 5: “Тест на креативность”

Поверьте в себя и отбросьте прочь все сомнения. Возьмите лист бумаги формата А4 и нарисуйте вот такие крестики: 6 в высоту и 9 в длину:

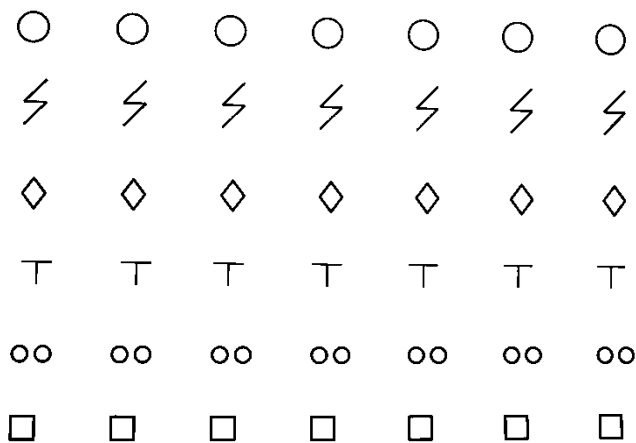


Теперь настраиваемся на творческую волну, глубоко вдохнули и медленно выдохнули. Берем ручку и начинаем крестики превращать в картинки и небольшие зарисовки, например, вот так:



Закончили? А теперь посмотрите, что получилось и выберите наиболее удачные, такие наверняка найдутся.

Исходное задание может выглядеть по-другому, например, вот так:



Генерируйте мысли, не останавливайтесь на достигнутом. Чем больше вы будете тренировать свой мозг, развивать фантазию и креативную составляющую, тем больше интересных идей и решений к вам будет приходить.

Упражнение № 6: Игра «Покажи понятие»

Театральная творческая игра по командам. Здесь, как и во всех командных играх, наглядно проявляется, кто справляется с лидерством и творчеством, а кто просто является исполнителем, а иногда балластом для группы. Команде задается понятие и задание показать его в реальном времени с движением, звуком, взаимодействием. Используя себя, свои тела, движения, голос, любой реквизит и главное – творческие возможности. Это должна быть не просто иллюстрация – а совместная реализация каких-то командных идей и мыслей. Время на подготовку 15 мин. На демонстрацию около 1 мин.

Список понятий:

- Улей.

- Часы.
- Фонтан.
- Бородинская битва.
- Самовар.
- Свадьба.
- Футбол.
- Вселенная.
- Динозавр.

Упражнение № 7 «Превращения»

Цель: развитие креативности.

Для развития технического интеллекта очень полезно представлять себе конструкцию различных машин и приборов, а также принципы их работы. Предлагаем вам новое и эффективное упражнение. Если вы не знаете, каков принцип работы того или иного прибора – просто придумайте его!

1. Представьте себе, что вы – это лист бумаги, вот-вот готовый отправиться в копировальный аппарат. Закрыв глаза, в максимальных подробностях представьте процесс, происходящий с вами.

2. Представьте, что вы – бензин в бензобаке автомобиля, поступающий в двигатель. Вы превращаетесь во взрывную силу и двигаете автомобиль. Закрыв глаза, в максимальных подробностях представьте процесс, происходящий с вами.

3. Представьте, что вы – сигнал, излучаемый передатчиком местной телестанции. Закрыв глаза, максимально подробно представьте себе ваш путь от антенны передатчика до превращения в картинку на телеэкране.

4. Представьте, что вы превратились в собственный голос и совершаете путь от вашей телефонной трубки через спутник связи в телефонную трубку вашего друга, находящегося на противоположном конце планеты. Закрыв глаза, представьте себе свое путешествие как можно детальнее.

Упражнение № 8 «Час безмолвия»

Не пугайтесь, вам не придется набирать воду в рот и молчать целый час. Вам даже не придется отрываться от своих повседневных дел. Просто выделите 60 минут и все это время отвечайте на вопросы окружающих вас людей, используя только слова «да» или «нет». Но эти ваши ответы должны звучать очень естественно, чтобы окружающие не заподозрили, что с вами что-то не так и не подумали, что вы заболели или не желаете с ними общаться.

Упражнение № 9 «Десять заданий»

Возьмите лист бумаги и запишите на него десять заданий. Не концентрируйтесь, задания придумайте наугад, например: добраться до работы автостопом или на общественном транспорте, поужинать в самом романтическом месте, весь день не говорить о себе. Написали задания? А сейчас постарайтесь их выполнить!

Заведите дневник и записывайте в него свои личные победы, но победы должны быть честными без ложных утверждений.

В течение рабочего дня попытайтесь не говорить местоимение — я, меня, мое.

Попробуйте так построить разговор с незнакомым человеком, чтобы в беседе речь шла только о вашем собеседнике. Любые вопросы о вас возвращайте обратно, но так, чтобы собеседник не почувствовал, что вы уклоняетесь от ответов.

Упражнение № 10 «Презентация мира»

Его лучше выполнять в команде и проводить в виде соревнования. Пусть каждый участник тренинга напишет на карточке название предмета. Это могут быть такие слова, как «стол», «письмо», «кисть» и тому подобное. Затем все карточки собираются и перетасовываются и выдаются участникам. Каждому игроку дается несколько минут на то, чтобы он составил презентацию или описание этого предмета, не называя его напрямую, то есть составил бы загадку о том предмете, который записан на карточке. Например, со словом «кисть» можно придумать такую загадку: этот предмет помогает гениальным людям передать красоту мира.

Упражнение № 11 «Перевертыши»

Утром, когда вы едете на работу, или вечером по дороге домой вам встречается масса вывесок, объявлений, и наши глаза их невольно читают. А попробуйте прочитать эти вывески задом наперед. Например, «Салон красоты» — «ытосарк нолаС», «Универмаг» — «гамревинУ» и тому подобное. Сначала прочитать будет сложно, но после тренировок будут получаться даже длинные фразы. Зачем нужно это упражнение? Используя его, вы научитесь смотреть на мир по-другому, избавитесь от стереотипного мышления, ваш мозг перестанет сопротивляться нестандартным решениям.

Упражнение № 12 «Утро начинается вечером»

Это тоже один из способов тренировки креативного мышления. Никто из нас не станет спорить, что чтение развивает умственные способности. Но в данном упражнении развивать креативные способности будет не столько информация, изложенная в книге, сколько процесс чтения, так как читать придется креативно. Попробуйте прочитать книгу не привычным для вас способом, не с начала и до конца, а как раз наоборот, начните читать с последних страниц. Ведь креативно мыслить — это мыслить нестандартно. Читая книгу таким способом, вы привыкаете к мысли, что в жизни бывают абсолютно невероятные решения, что все может быть совершенно не так, как вы привыкли. Это упражнение избавляет от шаблонного мышления.

Упражнение № 13 «Необычное в обычном»

Нас окружают сотни предметов, и у каждого есть свое предназначение. Вот стул — на нем сидят, вот стол — за ним едят, а попробуйте этим обычным

предметам найти другое применение. Например, возьмите стул и придумайте 10 способов его использования, но это вовсе не значит, что на стуле можно стоять или им бороться, кидать. Подумайте креативнее. Например, стул можно разобрать, сделать прикроватный столик, табурет и тому подобное. Таким образом, поищите применение всем окружающим вас предметам. Благодаря этому упражнению вы научитесь нестандартному использованию обычных вещей.

Упражнение №14 «Стимуляция потока мыслей»

Креативные идеи не рождаются просто так ниоткуда. Мысли надо стимулировать, а для этого надо научиться придумывать ассоциации. Например, возьмите какой-нибудь предмет, допустим яблоко. С чем или с кем его можно ассоциировать? С яблоней, с партией «Яблоко», с мячом, с Евой и тому подобное. Уделите такому занятию хотя бы несколько минут в день. Постепенно ваш мозг начнет сам выдавать ассоциации и придумывать креативные идеи.

Упражнение №15 «Слова вовсе не такие, как нам кажутся»

Возьмите лист бумаги и запишите на него любое слово, какое придет на ум. Представьте, что это слово — аббревиатура, и расшифруйте каждую ее букву, но так, чтобы расшифровка была логичной и имела смысл. Например: слово «сила». Расшифровываем его так: самый интригующий лабиринт Африки. Сначала будет сложно, но после нескольких тренировок упражнение будет выполняться автоматически.

Упражнение №16. Аутотренинг «Волшебный лес»

Цель: создание позитивного образа «Я», познание и развитие «Я-концепции», обучение аутотренингу как способу изменения психологических и эмоциональных состояний, развитие перцепции и креативности.

Необходимое время: 15–20 минут.

Процедура.

1. Текст погружения в релаксационное состояние. Займите удобную позу. При этом очень важно выпрямить позвоночник поскольку он имеет естественные изгибы. Кисти рук лежат свободно на коленях, чтобы не соприкасались большие и указательные пальцы. Настройтесь на то, чтобы на время отложить свои эмоции и переживания. Закройте глаза. Оставьте любые суждения, ожидания и фантазии по поводу того, каким окажется ваш опыт аутотренинга. Дайте ему состояться. Расслабьте мышцы лица. Отрегулируйте дыхание, чтобы оно стало ровным.

Глубоко и ровно дышите. Говорите себе: слово «вдох» – при вдохе, и «выдох» – при выдохе. Сопровождайте этими словами каждый вдох и выдох. Если вы обнаружите, что задумались о чем-то, мягко напомните себе стоящую перед вами задачу и снова начинайте говорить «вдох – выдох».

Сосредоточьте все свое внимание на дыхании. Почувствуйте, как ваши легкие наполняет и покидает воздух (сосредоточение на дыхании 5 минут).

Ваше тело начинает постепенно расслабляться. Вы чувствуете, как исчезает напряжение в мышцах. С каждым произносимым словом каждый мускул тела все больше наполняется ощущением покоя и приятной вялости. Ваше дыхание ровное, спокойное. Воздух свободно заполняет легкие и легко покидает их. Сердце бьется четко, ритмично. Обратите свой внутренний взор к пальцам правой руки. Кончики пальцев правой руки как будто касаются поверхности теплой воды. Вы чувствуете пульсацию в кончиках пальцев. Возникает ощущение, что рука постепенно погружается в теплую воду. Эта волшебная вода омывает вашу правую кисть, расслабляет ее и поднимается по руке вверх.. До локтя... Еще выше... Вот уже вся ваша рука погружается в приятную теплоту, расслабляется... По венам и артериям правой руки бежит свежая обновленная кровь, даруя ей отдых... Дыхание ровное спокойное. Сердце бьется четко, ритмично... А теперь ваш внутренний взор обращается к пальцам левой руки.

Текст, приведенный выше, полностью повторяется для левой руки. В конце обязательно дать установку относительно дыхания и сердца.

Обратите луч своего внимания к ногам. Ступни расслабляются. Они чувствуют приятное тепло, напоминающее тепло от огня, горящего в камине. Ощущение такое, как будто ваши ноги стоят на каминной решетке. Доброе, ласковое тепло поднимается по ногам вверх, даруя живительное расслабление и отдых мышцам... Напряжение исчезает... И вот уже мышцы ног расслабляются – от кончиков пальцев до бедра... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Есть еще один источник тепла в вашем теле. Он – в районе солнечного сплетения. Словно маленькое солнышко пропитывает своими животворящими лучами ваши внутренние органы и дарит им здоровье, помогает лучше функционировать... Расправляются, расслабляются мышцы живота и груди... По всему телу распространяется приятное расслабляющее тепло, которое создает ощущение покоя и отдыха... Исчезает напряжение в плечах, в шейном отделе, в нижней части затылка... Вы чувствуете, как скопившееся здесь напряжение растворяется и исчезает... Уходит... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Теперь ваш внутренний взор обращается к лицу. Расслабляются мышцы лица... Уходит напряжение из скул. Из челюстей... Губы становятся мягкими... Разглаживаются морщинки на лбу... Веки сомкнуты и неподвижны... Все мышцы лица расслаблены... Легкий, прохладный ветерок омывает ваше лицо... Воздух несет вам свою целебную энергию... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Ваше тело наслаждается полным покоем... Напряжение спадает, растворяется уходит... Усталость улетучивается... Вас наполняет сладостное ощущение отдыха, расслабленности, покоя... Покоя, наполняющего вас новыми силами, свежей и чистой энергией...

Вы расслаблены и свободны. Вы можете оказаться там, где вам хочется быть. Там, где вам хорошо. Для кого-то, может быть, это его собственный дом, для кого-то – это уголок двора, где он любил прятаться в детстве. А для кого-

то – просто полянка в летнем лесу, где можно валяться в траве и увидеть над собой ослепительную голубизну неба... Побудьте немного в этом месте. Напитайтесь позитивной энергией этого доброго для вас места... Ваше дыхание ровное и спокойное.

2. Текст. Вы оказались в чудесном, теплом лесу. Он не пугает вас, а наоборот кажется приветливым и гостеприимным. Ярко светит солнце, его теплые лучики пробиваются через листву многовековых деревьев-великанов и ласково касаются ваших волос, вашего лица. Воздух свежий, насыщенный разными ароматами леса, попробуйте ощутить лесные запахи (пауза). Вы слышите пение птиц? Вслушайтесь, лес полон звуков (пауза) Перед вами тропинка. Идите по ней. Тропинка узенькая, вы идете медленно, наслаждаетесь красотой. Подойдите к любому дереву, потрогайте его кору, мох на ней, поднимите голову вверх и разглядите его крону. Теплый ветер нежно играет вашими волосами и успокаивает вас, вы чувствуете себя в этом лесу как дома. Вы идете дальше по знакомой тропинке и выходите на поляну, окруженную могучими деревьями. В центре поляны небольшое дерево. Видимо очень старое, оно не высокое, но ствол его слишком широкий, крона раскидистая, крепкие ветки (пауза).

Под деревом сидит старик-мудрец, он знает ответы на все вопросы. Он не вызывает у вас чувство страха или опасения, наоборот уважение и доверие. Подойдите поближе, видите, мудрец улыбается вам. Присмотритесь к нему, постарайтесь запомнить его внешность, лицо, глаза. Хотите поговорить с ним? Вы же не зря сюда пришли, он знает все. Попробуйте с ним поговорить о себе. Спросите его: «Кто Я такой?» (пауза). Продолжайте разговор со стариком, старайтесь внимательно смотреть на него и вслушивайтесь в его слова.

Вам пора возвращаться. Вы еще придете сюда, в этот лес-великан.

3. Текст выхода из релаксационного состояния.

Сейчас я начну считать от семи до одного. С каждой следующей цифрой вы станете все больше и больше выходить из состояния расслабленности – вплоть до того момента, когда я назову цифру «один» и вы встанете отдохнувшими, бодрыми, полными новых сил и энергии.

Итак, семь ... Вы чувствуете как к вам возвращается ощущение собственного тела... Вялость и апатия отступают. Вы начинаете возвращаться в свое нормальное состояние. Шесть ... Ваши мышцы наполняются силой и энергией...Вы пока неподвижны, но пройдет несколько мгновений, и вы сможете легко встать и начать двигаться... Пять ... Сохраняется состояние спокойствия, но оно начинает наполняться ощущением силы и возможности действовать...Расслабленность заменяется собранностью... Четыре ... Вы чувствуете, что окончательно пришли в себя и уже готовы к проявлению активности. Бодрость и энергия все больше наполняют вас. Три ... Пошевелите ступнями. Вы полностью чувствуете свои ноги и способны легко напрячь мышцы. Пошевелите пальцами рук. Медленно сожмите пальцы в кулак Два. Не открывая, глаза поворачивайте головой. Вы бодрый, наполнены силой и энергией. Вы хорошо отдохнули. Вы спокойны и уверены в себе. Один. Открыли глаза. Встали. Не делайте это слишком быстро.

Обсуждение.

Какие у вас ощущения? (обратить внимание, чтобы высказались все желающие, поделились своими впечатлениями, открытиями, эмоциями).

С сегодняшнего дня мы каждое занятие будем заканчивать аутотренингом и вы еще вернетесь к «мудрецу», продолжите с ним разговор.

Наверняка в следующий раз он вам расскажет намного больше, чем в вашу первую встречу.

Упражнение №17. Игра «Катастрофа в пустыне»

Задачи: отработать навыки поведения в дискуссии, умения вести диспут, быть убедительным, изучить на конкретном материале динамику группового спора, открыть для себя традиционные ошибки, совершаемые людьми в полемике, потренировать способности выделять главное и отсеивать «шелуху», видеть существенные признаки предметов, научиться осознавать стратегические цели и именно им подчинять тактические шаги и т.д.

Ведущему следует акцентировать внимание при обсуждении результатов на таких аспектах, как получение обратной связи участниками друг о друге (в силу своей эмоциональной насыщенности игра позволяет хотя бы на какое-то время «отключить» механизм психологической защиты и стать самим собой – именно поэтому она эффективна на первых этапах групповой работы).

Время: не менее полутора часов.

Каждый участник получает специальный бланк (или чертит его по указаниям ведущего).

Ведущий дает группе следующую инструкцию:

С этого момента все вы – пассажиры авиалайнера, совершавшего перелет из Европы в Центральную Африку. При полете над пустыней Сахара на борту самолета внезапно вспыхнул пожар, двигатели отказали, и авиалайнер рухнул на землю. Вы чудом спаслись, но ваше местоположение неясно. Известно только, что ближайший населённый пункт находится от вас на расстоянии примерно 300 километров. Под обломками самолета вам удалось обнаружить пятнадцать предметов, которые остались неповрежденными после катастрофы.

Ваша задача – проранжировать эти предметы в соответствии с их значимостью для вашего спасения. Для этого нужно поставить цифру «1» у самого важного предмета, цифру «2» – у второго по значимости и так далее до пятнадцатого, наименее важного для вас. Заполняйте номерами первую колонку бланка. Каждый работает самостоятельно в течение пятнадцати минут.

Список предметов:

- Охотничий нож.
- Карманный фонарь.
- Летная карта окрестностей.
- Полиэтиленовый плащ.
- Магнитный компас.

- Парашют красно-белого цвета.
- Пачка соли.
- Солнечные очки на каждого.
- Карманное зеркало.

После завершения индивидуального ранжирования ведущий предлагает группе разбиться на пары и проранжировать эти же предметы снова в течение десяти минут уже совместно с партнером (при этом номерами заполняется второй столбик в бланке со списком предметов). Следующий этап игры – общегрупповое обсуждение с целью прийти к общему мнению относительно порядка расположения предметов, на которое выделяется не менее тридцати минут.

Из наблюдения за работой участников хорошо видна степень сформированности умений организовывать дискуссию, планировать свою деятельность, идти на компромиссы, слушать друг друга, аргументировано доказывать свою точку зрения, владеть собой. Часто разворачивающиеся жаркие споры-баталии, когда никто не желает прислушаться к мнению других, наглядно демонстрируют самим участникам их некомпетентность в сфере общения и необходимость изменения своего поведения.

По окончании дискуссии ведущий объявляет, что игра завершена, поздравляет всех участников с благополучным спасением и предлагает обсудить итоги игры. Первым вопросом, на который ведущий просит ответить всех участников по кругу, является следующий: «Удовлетворен ли ты лично результатами прошедшего обсуждения? Объясни почему».

Ответы участников с необходимостью сопровождаются рефлексией, цель которой – в осмыслении процессов, способов и результатов индивидуальной и совместной деятельности. Возникшая в результате дискуссия подогревается ведущим, задающим уточняющие вопросы примерно такого типа:

- Что вызвало твою удовлетворенность (неудовлетворенность)? Как, по-твоему, в верном направлении продвигалась ваша дискуссия или нет?
- Была ли выработана общая стратегия спасения? Что тебе помешало принять активное участие в обсуждении? Ты не согласен с принятым решением? Почему тебе не удалось отстоять свое мнение?
- Кто в наибольшей степени повлиял на исход группового решения, то есть по сути дела оказался лидером, сумевшим повести за собой группу?
- Что именно в поведении лидера позволило ему заставить прислушаться к себе? На какой стадии появился лидер?
- Какими способами другие участники добивались согласия с их мнениями?
- Какие способы поведения оказались наименее результативными?
- Какие – только мешали общей работе?

Как следовало бы построить дискуссию, чтобы наиболее быстрым способом достигнуть общего мнения и не ущемить права всех участников?

Обсуждение итогов игры должно подвести группу к тому, чтобы самостоятельно разобраться в вопросе, как наилучшим способом

организовывать дискуссии, как избежать грубых столкновений в споре и расположить других к принятию своего мнения. Как правило, в процессе обсуждения затрагивается очень широкий спектр проблем: фазы, через которые проходит практически любая дискуссия, лидер и его качества, навыки эффективного общения, умения самопрезентации и т.д.

При необходимости ведущий только помогает более четко сформулировать найденные участниками закономерности. Очень большое значение имеет самоанализ участниками собственного поведения, который обогащается обратной связью от других членов группы. От ведущего зависит, чтобы эта обратная связь не превратилась в серию взаимных обвинений, а носила бы конструктивный характер и была принята участниками.

Практически всегда возникает вопрос о «правильном» ответе на проблему дискуссии. Такой ответ дается ведущим, но с оговоркой, что это мнение зарубежных экспертов, с которым мы вправе не соглашаться, но вынуждены учесть важность выбора стратегии спасения для ранжирования предметов: либо двигаться по пустыне к людям, либо ждать помощи от спасателей. Если в группе при обсуждении практически не поднимался вопрос о стратегии, то на этом этапе обнаруживается, что часть участников молчаливо подразумевала первый вариант, в то время как другая часть имела в виду второй. Этим выявляется еще одна причина взаимного непонимания.

Итак, ответы:

Вариант «Ждать спасателей» (кстати, по мнению экспертов, предпочтительный).

- Полтора литра воды на каждого. В пустыне необходима для утоления жажды.

- Карманное зеркало. Важно для сигнализации воздушным спасателям.

- Легкое полупальто на каждого. Прикроет от палящего солнца днем и от ночной прохлады.

- Карманный фонарь. Также средство сигнализации летчикам ночью.

- Парашют красно-белого цвета. И средство прикрытия от солнца, и сигнал спасателям.

- Охотничий нож. Оружие для добычи пропитания.

- Полиэтиленовый плащ. Средство для сбора дождевой воды и росы.

- Охотничье ружье с боеприпасами. Может использоваться для охоты и для подачи звукового сигнала.

- Солнечные очки на каждого. Помогут защитить глаза от блеска песка и солнечных лучей.

- Переносная газовая плита с баллоном. Поскольку двигаться не придется, может пригодиться для приготовления пищи.

- Магнитный компас. Большого значения не имеет, так как нет необходимости определять направление движения.

- Летная карта окрестностей. Не нужна, так как куда важнее знать, где находятся спасатели, чем определять свое местонахождение.

- Определитель съедобных животных и растений. В пустыне нет большого разнообразия животного и растительного мира.

- Пачка соли. Значимости практически не имеет.

Вариант «Двигаться к людям». Распределение по значимости будет иметь несколько иной вид:

- Полтора литра воды на каждого.
- Пачка соли.
- Магнитный компас.
- Летная карта окрестностей.
- Легкое полупальто на каждого.
- Солнечные очки на каждого.
- Карманный фонарь.
- Полиэтиленовый плащ.
- Охотничий нож.
- Охотничье ружье с боеприпасами.
- Карманное зеркало.
- Определитель съедобных животных и растений.
- Парашют красно-белого цвета.
- Переносная газовая плита с баллоном.

Иногда прояснение взаимных впечатлений и открытый обмен обратной связью на первых этапах тренинга затруднены, и хотя эта игра остается полезной и эффективной, она не способна полностью снять психологические защиты участников. Для ослабления напряжения на этой стадии используются психогимнастические игры с релаксационной направленностью.

Упражнение №18. Игра «К счастью... К сожалению...»

Цель: развитие воображения и творческих способностей.

Время проведения: 30 минут.

Материалы: маленький мячик.

Игрокам предстоит сочинять рассказ. Каждый участник придумывает свое предложение, которое обязательно должно начинаться словами «К счастью» или «К сожалению» (попеременно).

Тот, кто готов быть первым, получает мяч. Закончив предложение, он передает мяч другому участнику, и история продолжается.

Длина истории не установлена заранее. Любой игрок может принять решение закончить ее, если сочтет это нужным.

Игру можно проводить по-разному. Вы можете сами начать ее или дать мяч тому игроку, который, по вашему мнению, готов проявить инициативу. Если Вы хотите придать членам группы больше уверенности, то можете поинтересоваться, есть ли у них на примете какие-то темы, вокруг которых можно было бы разворачивать историю.

Возможные варианты:

- Группа затерялась на необитаемом острове.
- Одиссей попадает на Красную площадь.
- Василя и Марьям открывают магазин игрушек.
- Мальчик влюбился в девочку.

- Двое родителей спорят из-за подарков сыну (дочери) на день рождения.

Упражнение №19. «Что будет, если?..»

Игра хороша тем, что ее можно проводить в любом месте: дома, на прогулке, в транспорте. Это игра-размышление на самые разные темы. Принимаются все варианты ответов. Старайтесь развернуть тему до предела, задавая ребенку наводящие вопросы. Примеры заданий: Что будет, если...

- Человек перестанет есть?
- Не выключить кипящий чайник?
- Оставить холодильник открытым?
- Носить тесную обувь?
- Не чистить зубы?
- Забить мяч в окно?
- Съесть десять порций мороженого сразу?
- Дразнить соседскую собаку?
- Ходить задом?
- Не спать?
- Посадить цветы в песке?
- Сесть на ежика?
- Человек научится летать?

Упражнение №20. «Найди применение»

Самый известный пример о творческом применении предмета — это история с кирпичом.

Одна американская домохозяйка оказалась самой предприимчивой и неординарной в решении задачи с применением кирпича: она предложила положить его в сливной бачок унитаза, таким образом, сэкономив расход воды при сливе. Что учащийся думает по поводу творческого кирпича? Как можно использовать обыкновенный платок, ящик, коробку со спичками, лист бумаги, палку и т. д.?

Упражнение №21. «Мяч желаний»

Цель: формирование навыков и умений управления креативным процессом, развитие гибкости, оригинальности и нестандартности ответов.

Описание: Ведущий бросает участнику мяч и называет при этом любой предмет. Тот, кому достается мяч, называет три нестандартных способа использования этого предмета. Например, при броске произнесли слово «молоток». Кроме прямого назначения, молоток можно использовать в качестве пресс-папье для того, чтобы не разлетались лежащие на столе бумаги; можно использовать молоток в качестве ручки для тяжелой авоськи; можно, привязав к нему шпагат, применить его в качестве отвеса при строительных работах.

Обязательное условие – не прибегать к универсальным способам использования большинства предметов, так как почти любой предмет можно нарисовать, потрогать, понюхать, многие предметы можно подарить.

Рефлексия:

Трудно ли было выполнять упражнение? Почему?

Какие состояния возникали и как они изменялись в ходе работы?

Что подталкивало вас на возникновение новых идей?

Упражнение №22. Дидактическое упражнение «Нарисуем, как расположены тарелки на столе»

Цель: упражнять детей в рисовании округлых и овальных форм, развивать умение различать предметы по величине от большой к маленькой.

Для выполнения упражнения детям дают трафареты с прорезями трех кругов разной величины и прорезями трех овалов, расположенных между кругами. Овалы также разного размера, к ним пририсованы ручки.

Ход занятия. Педагог говорит: «Дети, к нам в гости пришли три медведя. Давайте мы их угостим. Для этого нам нужна посуда: тарелки и ложки». Педагог показывает детям трафареты и предлагает обвести круги и овалы, а затем дорисовать к овалам ручки, чтобы получилась ложка.

После выполнения задания медведи вместе с детьми смотрят, как выполнена вся работа, сравнивают с реальной сервировкой на столе, где расположены тарелки и ложки. Здесь же можно уточнить, с какой стороны тарелки расположена ложка.

Упражнение №23. Дидактическое упражнение «Украсим предметы»

Цель: упражнять детей в умении заполнять ограниченное пространство в соответствии с заданной формой предметов.

Ход занятия. Педагог предлагает детям трафареты с прорезями формы различных предметов: платя, шапки, полотенца, носового платка, чашки, косынки и др.

Затем дети разрисовывают цветными изображения заданное пространство. В зависимости от уровня развития изобразительных навыков сложность контуров предметов определяется каждому ребенку индивидуально: один разрисовывает полотенце, другой - платье.

Такие упражнения обогащают детские впечатления о форме реальных предметов, учат замечать общее между ними, в частности, что все предметы раскрашены цветными полосками, все они разные (посуда, одежда, белье и т. д.). Так формируются у детей умения обобщать предметы по одному сходному признаку, вне зависимости от их функционального значения.

Упражнение №24. Дидактическая игра «Составь узор»

Дидактические задачи: учить составлять декоративные композиции – располагать элементы, подбирая их по цвету, - на разнообразных силуэтах в стиле определенного промысла, развивать чувство симметрии, ритма, наблюдательность, творчество. Материал: плоскостные изображения

различных предметов; элементы росписи, вырезанные по контуру; образцы украшенных узором силуэтов. Игровые правила: составить на выбранном силуэте из отдельных элементов узор в соответствии с правилами и традициями данной росписи. Ход игры: в игре может принять участие один ребенок или группа. Силуэты предметов, которые следует украсить, играющие выбирают по желанию. Выбрав нужное количество элементов, составляют узор. Работу игрок может выполнять, копируя узор образцов или придумывая свою композицию.

Упражнение №25. «Аллитерация имени»

Цель: организация знакомства участников группы.

Описание: участники по очереди называют свое имя с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Следующий по кругу должен назвать предыдущих, затем себя. Таким образом, каждый последующий участник должен будет называть все больше имен с прилагательными, это облегчит запоминание и несколько разрядит обстановку.

Пример: Сергей строгий. Петр прилежный.

Упражнение №26. «Мое имя»

Цель: формирование сплоченности группы, условий для самораскрытия каждого.

Описание: чтобы лучше запомнить друг друга, участники произносят по очереди свое имя определенным образом: тихо, громко, растянуто, утвердительно, удивленно, восторженно, вызывающе, нежно, злобно, разочарованно, задумчиво.

Упражнение № 27. «Что я умею?»

Цель: помочь участникам ближе узнать друг друга.

Инструкция: «Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то умением. Это умение он называет. Например, я скажу: «Пересядьте все те, кто умеет вязать», и все те, кто умеет вязать, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, постарается в момент пересаживания занять одно из освободившихся мест, а тот, кто останется в центре круга без места, продолжит работу. Используем эту ситуацию для того, чтобы больше узнать друг о друге. Кроме того, надо быть очень внимательным и постараться запомнить, кто пересаживался, когда называлось то или иное умение. Это нам понадобится немного позже».

В ходе упражнения педагог побуждает участников называть разнообразные умения, отмечая особенно оригинальные и интересные.

После того как названо примерно 8-12 умений, ведущий останавливает упражнение и продолжает инструкцию: «Сейчас у нас будет пять минут, в течение которых каждый напишет рассказ о нашей группе, используя ту информацию, которую вы сейчас узнали о каждом из нас».

Рефлексия:

Как вы себя чувствуете?

Как ваше настроение?

Не правда ли, общего в нас больше, чем различий?

Упражнение №28. «Внимание»

Цель: развитие умений использовать нестандартные методы решения в простейших жизненных ситуациях.

Описание: всем участникам игры предлагается выполнить одну и ту же простейшую задачу. Любыми средствами, не прибегая, конечно, к физическим воздействиям, постараться привлечь к себе внимание окружающих. Задача усложняется тем, что одновременно ее стараются выполнить все участники игры. Необходимо определить, кому это удалось и за счет каких средств. В заключение подсчитывается, кто привлек внимание большего числа участников игры.

Рефлексия:

Насколько легко было выполнять это упражнение?

Какими средствами вам удалось привлечь внимание других участников?

Упражнение №29. «Творческий человек»

Цель: осознание участниками существующих в их сознании стереотипов о том, какие люди являются творческими, а какие нет, и в чем это проявляется внешне.

Описание: участники берут по листу бумаги и выполняют следующее задание: «Положите, пожалуйста, ваш лист бумаги горизонтально и разделите его вертикальной чертой пополам. На левой половине листа нарисуйте творческого человека, а на правой – нетворческого: так, как вы их себе представляете».

На рисование дается 6-8 минут, потом рисунки раскладываются один под другим (таким образом, чтобы получился ряд изображений творческого человека, а параллельно – ряд изображений нетворческого) и участники поочередно комментируют, какие именно качества изображены на этих рисунках. Ведущий фиксирует называемые качества и потом, резюмируя, еще раз проговаривает те из них, которые упоминались чаще всего.

Рефлексия:

Что нового вы узнали по ходу выполнения этого упражнения?

Как, по вашему мнению, можно выразить фразу «нетворческий человек?»

Выработка ритуала прощания.

Упражнение №30. «Воздух, желе, камень»

Цель: формирование сплоченности группы, снятие мышечного напряжения и зажимов.

Описание: группа располагается в форме круга. Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. По команде

ведущего «ВОЗДУХ!» участники пытаются сделать свое тело максимально «эфирным», лишенным самого малейшего напряжения, почти парящим. По команде «ЖЕЛЕ!» участники представляют себя в виде находящегося на тарелке желе, оно колыхнется, вибрирует, в нем присутствует структура. И наконец, последняя команда «КАМЕНЬ!» – требует от каждого участника застыть в позе, в которой его застигла эта команда, напрягая до предела все тело. Ведущему важно не только время от времени менять команды, но и тщательно контролировать ход упражнения, проверяя степень расслабления-напряжения мышц, поддерживая в учащих интерес к изучению своего тела и групп мышц, задействованных в работе.

Упражнение №31. «Креативность?»

Цель: формирование общего представления понятия «креативность» и выделение признаков креативности.

Инструкция: «Сейчас я предлагаю каждому из вас взять лист бумаги и нарисовать креативность, так, как вы ее понимаете. У вас будет достаточно времени на рисование, мы подождем, когда все закончат свои рисунки».

После того, как участники завершат рисунки, каждый рассказывает о своем рисунке, о том, как он(а) понимает, что такое креативность.

По ходу обсуждения педагог предлагает участникам задавать друг другу вопросы, уточнять содержание высказываний. После того, как все выскажутся, ведущий подводит итог, перечисляя основные идеи, касающиеся проявлений креативности, условий ее формирования и развития.

Упражнение №32. «Социальные роли»

Цель: самопрезентация через социальную роль, обучение безоценочности суждений, развитие спонтанности и креативности.

Описание: в центре стоит пустой стул. По мере готовности каждый участник группы садится на него и представляет себя в любой роли. Это могут быть роли собственные или других людей, исторические роли, из настоящего или из будущего. Презентация роли длится 3-5 минут. После презентации участники группы задают вопросы, уточняющие роли.

Ведущий обращает внимание на то, чтобы вопросы были уточняющими, а не оценивающими, поддерживает участника в праве выбора любой роли.

После презентации каждого участника организуется социодрама. Тема задается ведущим с учетом набора сыгранных ролей. Примерные темы: «Жизнь в новом государстве», «Один день с новыми знакомыми», «Кто мы?» и т.д. Время действия 5-10 минут.

Рефлексия:

Как была выбрана роль?

Как чувствовал себя во взаимодействии с другими в этой роли?

Какие аналогии из реальности внесены в роль?

Как отозвались роли других?

Упражнение №33. «Удивительный рассказ»

Цель: развитие письменной речи, творческих способностей и умения свободно оперировать словесным мышлением, осознание барьеров креативности.

Описание: Каждый из участников пишет в верхней части листа бумаги четыре буквы: Н Г О К. По сигналу тренера необходимо составить как можно больше предложений, в которых первое слово должно начинаться на букву Н, второе – на букву Г, третье – на О, четвертое – на К. Например, «Назима Говорит Очень Красиво». Время выполнения 3 минуты.

Через три минуты педагог предлагает каждому участнику по очереди сказать, сколько у него написано предложений, а затем просит каждого прочитать одно из написанных им предложений, любое, по выбору самого участника. Это может быть то предложение, которое сам участник считает наиболее удачным. При ознакомлении с результатами работы участники обнаруживают для себя не использованные ими стилевые, содержательные и другие возможности для составления предложений, что усиливает их мотивацию и позитивно сказывается на результатах последующей работы.

Ведущий предлагает продолжить составление предложений еще в течение 3 минут. Когда отведенное время закончится, каждый участник снова сообщает, сколько ему удалось написать предложений и зачитывает одно из них по своему выбору.

Затем задание усложняется: каждый пишет рассказ о группе. Количество слов в предложениях, из которых будет состоять этот рассказ, может быть любым, но слова должны начинаться на буквы НГОКНГОКНГОК и т.д. При этом знаки препинания могут ставиться в любом месте. На выполнение этого задания дается 5 минут. (Можно не задавать тематику написания рассказа).

Когда работа завершена, каждый участник зачитывает свой рассказ. Содержание рассказов не обсуждается, не комментируется и не оценивается.

Рефлексия:

Опишите свое состояние при выполнении этого упражнения?

Столкнулись ли вы с какими-либо трудностями? Почему?

Упражнение №34. «Отгадай»

Цель: развитие коммуникативных навыков и способностей эффективного использования невербальных средств общения.

Описание: У педагога в руках карточки, на которых написаны названия предметов, состояний, любые понятия, например, сон, веселье, ночь, весна, фараон, бухгалтерия, организм и т.д.

Инструкция: «Сейчас я приколю карточку с написанным на ней словом на спину одному из нас, допустим Абдурахману, и сделаю это так, чтобы она не видела, что на ней написано. Мы все сможем прочитать написанное слово, но при этом ничего не будем говорить Абдурахману. Ее задача – узнать, что написано на карточке. Для выполнения этой задачи она может называть любого из нас, по своему выбору, и тот, кого она назовет, постарается, пользуясь только невербальными средствами, сообщить Абдурахману, что написано на карточке».

Отгадывающим следует обратить внимание на то, как возникает ответ, а также на то, какие состояния у них будут возникать в ходе выполнения задания, и как они будут изменяться. По ходу выполнения задания отгадывающий может высказывать возникающие у него гипотезы и, как только называется правильное слово, тренер сообщает ему об этом.

Рефлексия:

Возникли ли у вас трудности в этом упражнении? Какие?

Как вы думаете, что помогало вам дать правильный ответ?

Как изменялось ваше состояние по ходу выполнения упражнения?

Упражнение №35. «Не может быть»

Цель: развитие воображения, речи, способности изменить картину мира таким образом, чтобы увидеть в ней новые признаки и возможности для существования.

Описание: Каждый участник должен назвать что-нибудь невероятное: вещь, явление природы, необычное животное, рассказать случай. Выигрывает тот, кто придумает пять таких сюжетов подряд, и никто ни разу ему не скажет: «Бывает!»

Рефлексия:

Трудно ли вам было придумать что-нибудь невероятное? Как вы думаете почему?

Что мешало активному процессу мышления? А что наоборот, подталкивало вас к новым идеям?

Упражнение № 36. Игра «Отвлечь дракона»

Вашего внутреннего дракона — страх — преодолеть не удастся, да и не надо. Но можно его обуздать, отвлечь. Вот упражнение от Кита Джонстоуна, известного режиссера театра импровизации и писателя. Возьмите ручку и лист бумаги и напишите короткую быструю историю. Вы можете поставить таймер на 1 минуту или больше. Пока будете писать, считайте вслух от 100 до 1. Это очень сложное упражнение, мозг просто закипает, ведь должен работать в двух направлениях одновременно. Чтобы облегчить задачу, можно дать участникам первую фразу, с которой должна начаться история. Вот что получилось у меня: «Сегодня утром я пошел в магазин купить конфету для своего рта. Когда я пришел туда, то увидел, что мои конфеты едят гоблины. Это меня так разозлило, что я взял несколько жвачек и пожевал их, чтобы сделать оружие. Этими жвачками я прилепил гоблинов к стене».

Качество истории в этой игре не имеет значения, важен опыт: это упражнение для отключения судьбы, вашего внутреннего цензора. Ученые считают, что мы не можем одновременно и критиковать, и творить, поэтому, когда считаете от 100 до 1, вы отвлекаете своего дракона-критика для раскрытия креативности.

Упражнение №37. «Прочти текст»

Предлагается читать связный текст с пропусками букв. Вначале в тексте пропадает по одной букве, потом по две, далее по три...

Чем сообразительнее человек, тем дольше он сможет читать этот текст, несмотря на пропуски. Ему в этом поможет контекст.

Упражнение № 38. «Молчащее и говорящее зеркало»

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

Твоя задача только по отражению в «зеркале», точнее в двух «зеркала», определить, кто из членов группы подошел к тебе сзади. Эти два «зеркала» будут живыми. Одно будет молчащим: оно сможет объяснить тебе, кто находится за спиной, только с помощью мимики и жестов. Второе зеркало – говорящее. Оно будет объяснять, что за человек, конечно не называя его имени. Выбери из группы тех двоих, кто станет молчащим и говорящим «зеркалом».

После того, как игрок сделал выбор, ведущий дает «зеркалам» более подробную инструкцию:

«Зеркала» встают рядом у стены. Основной игрок – перед ними. Все остальные участники группы располагаются за его спиной и по одному бесшумно подходят к нему сзади. Отражение зеркалами происходит по очереди. Сначала работает молчащее «зеркало». Если основной игрок не может угадать человека стоящего за спиной, то вступает «говорящее зеркало» и произносит одну фразу. Если игрок опять не угадывает, то снова можно по-другому – отражает молчащее «зеркало» и так далее. Задача игрока угадать человека за спиной как можно быстрее.

Для «зеркал» есть определенное условие – не акцентироваться только на изображении чисто внешних особенностей людей и тем более подчеркивать какие-то физические характеристики.

Можно обсудить такие вопросы:

- Кому из игроков потребовалось меньше всего зеркальных «отражений», чтобы определить, кто находится за его спиной?
- В чем секрет такой прозорливости?
- Кто из участников группы оказался самым талантливым «зеркалом»? Что ему в этом помогло?
- Кто из участников удивлен тем, как был отражен «зеркалами»?
- Что вы почувствовали, когда увидели свое отражение?

Упражнение №39. “Три качества”

Ведущий: *“Сейчас мы продолжим наше знакомство и сделаем это так: каждый по очереди будет называть свое имя и три присущие ему качества, начинающиеся на ту же букву, что и его имя”.*

Такое представление требует от участников изобретательности, гибкости мышления, предлагая несколько необычный подход для рассмотрения своих качеств, особенностей личности. Действие, к которому

побуждает участников группы задание, согласуется с характеристиками креативной среды.

Задание требует значительных усилий для его неформального выполнения, так как соблазн назвать первые пришедшие в голову качества на нужную букву иногда оказывается сильнее готовности к поиску более точных, соответствующих собственным представлениям о себе характеристик.

В случае, если участник называет достаточно противоречивые характеристики, ведущий может обратиться к назвавшему эти качества с просьбой пояснить, чем вызвано перечисление таких, на первый взгляд противоречивых качеств. Если же кто-то из участников называет одноплановые качества, ведущий может спросить этого члена группы, что помешало ему назвать более разнообразные характеристики.

Упражнение №40. “Эпизод из жизни”

Ведущий: *“Сейчас у нас будет некоторое время, в течение которого надо будет вспомнить какой-нибудь жизненный эпизод, случай или ситуацию, в которой вы вели себя нестандартно, необычно, творчески. Когда все будут готовы, кто-то первый начнет, назовет свое имя и расскажет этот случай или жизненную ситуацию. Затем то же самое сделает каждый из нас”*.

Это упражнение дает возможность участникам сделать шаг на пути осознания своего опыта, сосредоточиться на проблематике, соответствующей содержанию тренинга креативности. Кроме того, в ходе этого упражнения в группе за короткое время появляется обширная, эмоционально окрашенная, разнообразная информация. Этот эффект значительно усиливает мотивацию на участие в тренинге, так как воспринимается как сигнал “здесь происходит много нового, интересного”.

ЗАДАНИЯ 4 УРОВНЯ

Человек хранит в себе безграничный запас креативности и способен найти миллион инновационных способов решать проблемы. Представьте: каждый из вас носит в себе волшебный сундук с сокровищами-идеями. Каждый раз, когда перед вами проблема, вы можете достать идею из вашего сундука: он всегда полный, там всегда есть именно то, что вам нужно в данный момент. К сожалению, у большинства людей этот сундук за семью замками, или даже хуже — его охраняет дракон. Поэтому в момент, когда вам срочно нужна творческая мысль, вы чувствуете огненное дыхание этого монстра. И тогда вы выбираете не креативную идею, а безопасный путь — то, что знакомо и привычно. Конечно, дракон — это страх. Но запасы творчества можно открыть, а дракона — обуздать. В этом помогут игры по импровизации. Однако прежде чем играть в них, все участники должны придерживаться простых общих правил:

- изменить свое отношение к ошибкам;
- строить идеи;
- наслаждаться игрой.

Рефлексия прошедших занятий. Ведущий обращается к участникам группы с вопросами:

- Изменилось ли что-то за время наших занятий?
- Узнали ли вы что-нибудь новое о себе, о других участниках?
- Что понравилось?
- Что показалось трудным?
- Что из того, что вы получили на тренинге, вы можете использовать в повседневной жизни уже сейчас?

Желательно, чтобы высказался каждый участник.

Так как это заключительное занятие, ведущему нужно быть особенно внимательным по отношению к участникам, обязательно следить за их эмоциональным состоянием, ориентировать группу на оказание психологической поддержки, если она кому-то понадобится.

Упражнение №1. “Знакомый”

Ведущий: *“Вспомните, пожалуйста, человека, с которым вы лично знакомы сейчас или были знакомы раньше и который на сегодняшний день служит для вас образцом человека творческого, неординарного, нестандартного. Когда вам удастся вспомнить такого человека, каждый по очереди скажет, какие качества, особенности поведения вашего знакомого дают вам основания считать его креативным, творческим”*.

Это упражнение дает возможность сразу войти в проблематику тренинга креативности и порождает значительное количество идей, относящихся к базовым ориентировочным основам. Кроме того, оно создает позитивный настрой в группе, ведь участникам приятно сообщить о своем опыте отношений с неординарными личностями, которые отныне в сознании группы будут связаны с его именем.

Упражнение №2. “Рисуем креативность”

Ведущий: *“Сейчас я предлагаю каждому из нас взять лист бумаги и нарисовать креативность так, как вы ее понимаете. У нас будет достаточно времени на рисование, мы подождем, когда вы закончите свои рисунки”.*

После того, как все завершат рисунки, каждый рассказывает о своем рисунке, о том, как он понимает, что такое креативность.

Упражнение позволяет сформулировать многие существенные характеристики креативности как свойства личности, творческого процесса, а также отличительные особенности именно творческих продуктов деятельности.

По ходу обсуждения ведущий предлагает участникам задавать друг другу вопросы, уточнять содержание высказываний. После того, как все выскажутся, ведущий подводит итог, перечисляя основные идеи, касающиеся проявлений креативности, условий ее формирования и развития, которые соответствуют содержанию ориентировочных основ (содержательных модулей), в рамках которых будет проходить дальнейшая работа.

Упражнение №3. “Закодированный признак” (“Пум-пум-пум”)

Ведущий: *“Сейчас кто-то из нас, по желанию, задумав какой-либо признак, которым обладают некоторые из нас и не обладают остальные, выйдет в круг и будет подходить по очереди к каждому. Каждый из нас задаст ему только один вопрос: (например, в круг выйдет Лайло) ”Лайло, я с пум-пум-пумом?”, и Лайло ответит “да” или “нет” в зависимости от того, есть задуманный признак у этого человека или отсутствует. Признаки должны быть конкретными, известными всем нам.*

Наша задача - понять, какой пум-пум-пум задуман. После того, как ведущий подойдет к каждому и ответит на заданный вопрос, мы сможем высказать возникшие у нас гипотезы.

В процессе поиска пум-пум-пума обращайтесь внимание на возникающие у вас состояния и постарайтесь уловить момент появления ответа”.

Данное упражнение имеет многочисленные эффекты. Оно полностью соответствует содержанию тренинга креативности, создавая проблемную, неопределенную среду, проходит весело, побуждает участников быть изобретательными, гибкими развивает их воображение и наблюдательность. Но самым важным является то, что упражнение позволяет осознать этапы креативного процесса.

В данном упражнении участникам предлагается осознать следующие этапы креативного процесса:

1. Подготовка. Этот этап характеризуется сознательными усилиями по поиску выхода из проблемной ситуации. Субъект логически прорабатывает, анализирует задачу, проблему как в целом, так и отдельные ее элементы, собирает дополнительную информацию.

2. Фрустрация. Переход на этот этап происходит в тот момент, когда, проанализировав всю имеющуюся информацию и проверив возникшие

варианты решения, индивид все-таки не находит ответ. Иными словами, оказывается в тупике.

3. Инкубация. Этот этап начинается в тот момент, когда индивид прекращает сознательную работу над проблемой, что связано с логическими операциями левого полушария, и проблема “передается” в правое полушарие. Следует, однако, заметить, что работа над проблемой на подсознательном уровне начинается, конечно, раньше, по-видимому, уже на этапе подготовки, однако она не является для него специфической.

4. Инсайт. Это кратковременный, но очень отчетливый этап креативного процесса, момент поступления в сферу сознания решения проблемы. Он характеризуется бурными позитивными эмоциями, оживлением, даже эйфорией.

5. Разработка. Это завершающий этап креативного процесса, в ходе которого происходит проверка истинности полученного решения логическими средствами. Этап может быть представлен двумя подэтапами:

- а) проверка истинности инсайта;
- б) осуществление.

После выполнения задания ведущий задает вопрос участнику группы, нашедшему ответ: “Как возник ответ?”. Второй вопрос задается всем, кто занимался поиском ответа: “Какие чувства, состояния у вас возникали, как они изменялись во время поиска ответа?”.

Отвечая на вопрос “Как возник ответ?”, участники начинают говорить об этапах креативного процесса. Появляется идея, что для того, чтобы найти ответ, надо собрать полную информацию, проявляя психологическую наблюдательность; просмотреть все возможные варианты, переходя из одной содержательной области в другую. Таким образом, начинается разговор об этапе подготовки, и ведущий может подхватить эту тему, зафиксировав высказанные идеи. Уже здесь можно предложить участникам осознать те тактики, которыми они пользовались на этом этапе и рассказать о них.

Ответы на второй вопрос дают возможность продолжить разговор об этапах креативного процесса. В частности, участники часто говорят о том, что в какой-то момент у них возникало впечатление, что им не удастся найти пум-пум-пум, рассказывают о напряжении, периодическом желании прекратить поиск ответа. Таким образом, появляется возможность обозначить этап фрустрации и, подводя итог, перечислить те состояния, которые возникают на этом этапе креативного процесса.

Обычно кто-то из участников в ходе обсуждения говорит примерно следующее: “В какой-то момент я перестал(а) думать о пум-пум-пуме, стал(а) думать о чем-то своем и вдруг, это, кажется, было после слов Динары, у меня сам собой возник ответ”. В этом случае иногда оказывается возможным выяснить, что этот участник группы тщательно прошел этап подготовки и, не оставаясь долго на этапе фрустрации, перешел на этап инкубации. Во время нахождения на этом этапе его подсознание “услышало” то, что сказала Динара, “объединило” эту информацию с уже имеющейся и “нашло” ответ.

Участники тренинга также, как правило, говорят о тех эмоциях и чувствах, которые у них возникали в момент нахождения ответа: радость, восторг, “было приятно” и т.д. Эти впечатления ведущий может соотнести с этапом инсайта.

В процессе обмена впечатлениями после завершения упражнения обычно высказываются идеи, которые позволяют поговорить и об этапе разработки (верификации, воплощения).

Упражнение №4. “Необычное использование”

Ведущий: *“Сейчас я начну предстоящую нам работу, брошу кому-то мяч и назову при этом любой предмет. Тот, кому достанется мяч, должен будет назвать три нестандартных способа использования этого предмета. Сразу договоримся, что не будем прибегать к универсальным способам использования большинства предметов: почти любой предмет можно нарисовать, потрогать, понюхать, многие предметы можно подарить.*

Итак, тот, кому я брошу мяч назовет три нетрадиционных способа доставшегося ему предмета и затем бросит мяч следующему, назвав другой предмет. Будем внимательны и постараемся сделать так, чтобы мяч побывал у каждого”.

Это упражнение направлено на осознание барьеров креативности. Для более отчетливого их проявления ведущий побуждает участников реагировать быстро, т.е. создает внешний барьер: ограничение времени, который дает о себе знать при наличии внутренних барьеров, актуализируя их влияние на человека.

В ходе работы, когда кто-нибудь длительное время не может найти очередной вариант ответа, можно предложить остальным показать, есть ли у них свои варианты, подняв руку или кивнув головой.

В ходе обсуждения проделанной работы можно задать группе такие вопросы: “В чем заключались основные трудности, с которыми вы столкнулись при выполнении задания?”, “Что вам помогало справляться с поставленной задачей?”.

Достаточно часто во время обсуждения удается обнаружить такие внутренние барьеры, как стереотипы, желание во что бы то ни стало сделать правильно, ориентация на одобрение, сниженная самооценка.

К внешним барьерам проявления креативности, которые отчетливо обнаруживают свое влияние в ходе выполнения этого упражнения, относятся: временное ограничение (ситуационный стресс-фактор), оценивание (эту реакцию участники сами приписывают окружающим их людям).

Упражнение также дает возможность лучше понять, какие условия способствуют проявлению креативности.

Упражнение №5. “Привычки”

Ведущий: *“Посмотрите на своего соседа слева. Вспомните все, что вы знаете о нем, то, что он говорил, как вел себя, действовал в различных ситуациях нашей совместной работы и после этого по очереди расскажите*

о том, проявление какого стереотипа, привычки, идеи, которой привержен ваш сосед, вы заметили в его поведении”.

Упражнение направлено на осознание своих привычек, стереотипов, принципов, что позволяет участникам в дальнейшем замечать их влияние на поведение свое и окружающих людей. Это повышает поведенческую и когнитивную гибкость, способствует преодолению барьеров проявления креативности.

Упражнение №6. “Баржа”

Ведущий: *“Сейчас мы все займемся тяжелым физическим трудом - будем грузить баржу. Делать мы это будем следующим образом: я назову одну из букв алфавита и какое-либо слово, обозначающее предмет, который в принципе может быть погружен на баржу, и брошу мяч кому-то из нас. Тот, в свою очередь, называет предмет, начинающийся на ту же букву, и отправляет мяч дальше. Делать это надо быстро, чтобы погрузка шла без задержек и с участием всех присутствующих. Иногда мы будем менять букву. Кроме того, у нас будут некоторые ограничения: на баржу нельзя грузить то, что не может быть на ней перевезено: астероиды, айсберги, а также будем гуманистами и не будем грузить, например, аборигенов и антилоп. Экспертом, разрешающим спорные ситуации, буду я”.*

Данное упражнение направлено на развитие двух характеристик креативности - беглость мышления (через скорость извлечения информации из памяти) и самообладание в ситуациях одновременного действия дефицита времени и оценки окружающих. В ходе упражнения периодически возникают остановки, связанные с тем, что кто-либо из участников не успевает отыскивать очередной предмет для “погрузки”. Во время остановок ведущий может попросить участников, у которых есть что “погрузить” на баржу, поднять руки или назвать три предмета для погрузки. Ведущий обязательно принимает участие в упражнении.

Когда работа завершена, ведущий обращается к группе с вопросами: “Какие тактики “погрузки” вы использовали?”, “Что мешало, затрудняло выполнение задания?”.

Упражнение №7. “Глазами марсианина”

Ведущий: *“Жизнь и вся система воспитания заставляет нас все делать по шаблону. Повторяя опыт других, мы находимся во власти традиций, предрассудков, обыденности и ординарности. А если вдруг взять и отказаться от шаблонов, попробовать сделать такой взлет фантазии, чтобы взглянуть на вещи совсем иными глазами. Давайте все вместе сочиним фантастическую историю, возможно из жизни другой планеты или духов, или вообще другого измерения, где все не так как у нас. И логика не такая, как у нас, и мышление. Любой желающий может начать рассказ, произнося всего одну фразу. Все остальные вне всякой очереди могут подхватывать этот рассказ своими неординарными фразами. Идеи могут быть самыми бредовыми и невероятными. Итак, кто-то произносит фразу, все остальные*

поддавшись власти фантазии, стараются, не задумываясь, продолжить рассказ”.

Ведущий должен следить за тем, чтобы выступления были действительно необычными. Необходимо, чтобы выступил каждый из участников.

Упражнение №8. “Управляемое воображение”

Ведущий: *“Сейчас я буду предлагать вам описания предметов и ситуаций. После того как вы выслушаете описание, надо будет закрыть глаза и представить себе предмет или ситуацию в виде картинку или изменяющегося образа. Если образ не появится сразу, подождите. Постарайтесь добиться отчетливого представления предложенного предмета или ситуации. На работу с каждым образом мы будем затрачивать примерно две минуты”.*

Затем ведущий предлагает описания предметов и ситуаций: “Белый кубик”, “Белый кубик лежит на красном ковре”, “Дети играют в мяч на берегу реки”, “Дети начали громко смеяться”, “Дети остановились как вкопанные” и т.д.

Упражнение направлено на развитие воображения и навыков управления им.

Трудности, с которыми сталкиваются в ходе выполнения этого упражнения участники тренинговых групп, носят различный характер и определяются разными причинами: дефицитами в области саморегуляции, в частности, неустойчивым вниманием; спецификой имеющегося опыта. Так, вместо белого кубика может упорно появляться синий, потому что именно такой лежит в квартире этого человека. В этом случае ведущий может использовать различные варианты работы: предлагает вообразить, что участники сами делают белый кубик или перекрашивают постоянно возникающий синий в белый цвет и т.д.

Упражнение №9. “Бег ассоциаций”

Ведущий: *“Сейчас мы будем бросать друг другу мяч, называя при этом любое существительное. Например, я бросаю мяч Абдумалику, называя слово “карусель”. Абдумалик быстро называет любое слово, пришедшее ему в голову по поводу “карусели” и отправляет мяч дальше. Следующий скажет свою ассоциацию в ответ на брошенное ему слово. Постараемся делать это быстро, долго не обдумывая свою реакцию”.*

При кажущейся простоте упражнение нередко вызывает трудности у участников тренинга. Это может выражаться в сообщениях о том, что ничего не приходит в голову, в длительных паузах, даже раздражении. Возникающее при этом напряжение некоторые участники пытаются преодолеть, реагируя заранее заготовленными словами. Тренер во время выполнения упражнения не акцентирует на этом внимание. Главное, к чему стремится ведущий - создание атмосферы, способствующей спонтанному порождению ассоциаций.

Когда упражнение завершено, можно спросить у участников группы, с какими трудностями они столкнулись во время его выполнения, на что они обратили внимание во время работы.

В случае необходимости и уместности ведущий может включить в обсуждение лекционный фрагмент, в котором уместно привести комментарий к предложенному Дж.Локком термину “ассоциации идей”, основанному на противопоставлении ассоциаций связям, установленным на основе формальной логики и теоретических положениях ассоциативного эксперимента К.Юнга.

Упражнение №10. “Мнемотехника”

Ведущий произносит два случайных слова. Один из участников вслух описывает образ, соединяющий второе слово ведущего с первым. Затем создавшийся образ участник предлагает как свое слово следующему участнику, тому, кто сидит от него по левую руку. Тот связывает это третье слово со вторым словом ведущего, а свое собственное слово - уже четвертое в этой цепочке - передает в качестве задания своему соседу слева. Игра движется кругами, и в конце каждого круга ведущий по секундомеру объявляет время, затраченное на его прохождение.

Это упражнение, с одной стороны, направлено на развитие способности привлекать из своего опыта необходимую информацию, на совершенствование ассоциативных механизмов мышления субъекта творческого процесса; с другой стороны, характер задания таков, что требует одновременной работы левого (надо следить за последовательностью слов, произнесенных предыдущими участниками) и правого (возникают ассоциации, у многих они носят образный характер) полушарий головного мозга. Таким образом преодолевается реципрокность в их работе. Кроме того, происходит тренировка беглости мышления.

Упражнение №11. “Мои ассоциации”

Ведущий: *“Сосредоточьтесь на своем соседе справа (слева). Вспомните все его проявления во время нашей работы, все что он говорил, делал. Вспомните чувства и отношения, которые возникали у вас к этому человеку. Для этого у нас будет две минуты”*.

Когда две минуты прошли, ведущий продолжает: *“Теперь решите, какое из описаний природы, погоды, времени года, которое вы встречали в литературе или придуманное вами, соответствует вашим впечатлениям об этом человеке. Когда все будут готовы, каждый из нас, по очереди, скажет своему соседу возникшее у него описание”*.

Это упражнение позволяет каждому участнику получить лично ориентированную обратную связь, в то же время характер задания направлен на развитие ассоциативных механизмов.

Упражнение №12. “Трио”

Ведущий: *“Составьте возможно большее количество предложений за 5 минут, в которые бы входили следующие слова: ОБЛАКО, ДОМ, КНИГА. Можно изменять падеж данных слов и вводить дополнительно другие слова”.*

Цель выполнения упражнения состоит в развитии воображения, вследствие развития способности устанавливать нетривиальные связи между привычными предметами. Это в конечном итоге влияет на количество генерируемых идей в проблемной ситуации, отличающихся нестандартным видением проблемы.

Ответы могут быть банальными: “Над магазином “Дом книги” проплывало облако” или “Дети, напишите слова облако, дом, книга”. А могут быть и не стандартными: “В доме я читал книгу, а рядом пыхтел самовар, выпуская облако пара” или “В книге описывалась безоблачная жизнь какого-то графского дома” и т.д.

Упражнение №13. “Фантастическое слово”

Ведущий: *“Сейчас мы будем работать в тройках. Посмотрите на буквы, написанные на доске: А - С - Е - П - В - Г - Т - И - У - Л - Р - М - Ы - Д. А теперь вы все вместе должны составить из этих букв слово, которого нет в русском языке (выдумайте его). Но помните - это придуманное слово должно звучать очень похоже на слова русского языка. Хорошо, если это ваше слово будет не очень коротким. На работу вам дается 3 минуты”.*

Это упражнение направлено прежде всего на развитие вербального интеллекта у членов группы; способствует развитию гибкости, оригинальности мышления.

После того, как тройки участников придумали слово, они зачитывают его для всей группы. После этого можно усложнить задание. Участникам предлагается придумать три фантастических прилагательных, выражающих особо ценимое данной командой качество.

Упражнение №14. “Невероятные истории”

Это упражнение заимствовано нами из техники сочинения историй с помощью игральных карт Нормой Лебен.

Ведущий кладет перед группой стандартную колоду карт (рубашкой кверху) и говорит, что каждый из участников группы, когда наступит его очередь, может открыть две карты. Поясняется, что группе предстоит сочинить историю, используя изображение на картах, их числовые обозначения и масть.

Ведущий начинает рассказ и задает тон развитию сюжета. Если, например, открываются “дама” и “девятка”, можно сказать примерно следующее: “В замке, который сторожили девять драконов жила-была красавица-королева...” Затем один из участников переворачивает две следующие карты и продолжает повествование. По мере развития сюжета карты располагаются в виде спирали, раскручиваясь из центра по часовой

стрелке. Ведущему необходимо следить за тем, чтобы в сюжет не вовлекались разрушающие, негуманные идеи.

Упражнение №15. “Нестандартное действие”

Ведущий: *“Сейчас мы будем, бросая друг другу мяч, называть любые предметы. Поймавший мяч без слов, молча совершает нестандартное действие с тем предметом, который ему достался, а мы все постараемся понять, какое действие совершается. Будем внимательны и постараемся сделать так, чтобы мяч побывал у каждого”*.

Упражнение направлено на развитие выразительности поведения, требует от участников известной находчивости, развивает воображение. Кроме того, упражнение побуждает участников группы преодолевать стереотипы поведения.

Упражнение №16. “Групповой рисунок”

Ведущий: *“Когда я скажу “начали”, каждый из нас возьмет лист бумаги и все то, что ему потребуется для рисования на своем листе бумаги. На рисование у нас будет 15 секунд. За временем буду следить я и через 15 секунд попрошу каждого передать свой лист соседу слева. После того как вы получите лист, на котором уже что-то нарисовано, надо будет нарисовать еще что-то, развивая сюжет в любом направлении. Мы будем продолжать работу до тех пор, пока лист каждого не пройдет по кругу и не вернется к вам”*.

В ходе обсуждения проделанной работы ведущий может сфокусировать внимание группы на тех моментах в развитии сюжета, которые воспринимаются участниками как неожиданные, нестандартные, необычные. Во время обсуждения появляются различные идеи. Участники говорят о влиянии стереотипов на развитие сюжета, об обнаруженных ими критериях нестандартности (совмещение, на первый взгляд несовместимых, событий; использование необычных изобразительных средств, изменение масштаба и ракурса рассмотрения сюжета и т.д.).

Упражнение №17. “Скульптура”

Ведущий: *“Мы с вами уже довольно долгое время занимаемся одной темой, и сегодня я хочу, чтобы мы подвели некоторые итоги. Для этого вы сейчас разобьетесь на группы по 4-5 человек и попытаетесь выразить особым образом свои чувства по поводу того, чего вы достигли во время этой нашей совместной работы, что вы поняли и что можете с этим сделать. Вам будет дано 5 минут на создание живой скульптуры, олицетворяющей эти чувства”*.

Это упражнение ставит перед участниками непростую задачу, требуя интегрировать полученный в предыдущих упражнениях опыт самовыражения через образы и символы. Если “скульптура” удалась, то это очень выразительный образ, которым группа может по праву гордиться.

Упражнение №18. “Рисуем музыку”

Ведущий: *“Садитесь удобно и слушайте музыку. По моему сигналу начинайте рисовать те образы, ощущения, символы, которые вызывает у вас данная музыкальная тема. Каждый должен стремиться выразить себя как можно полнее. Время звучания музыки примерно 3 минуты. Затем мы устроим импровизированную выставку и поделимся впечатлениями, обращая внимание на то, как и насколько удалось раскрыть себя в этом рисунке музыки”.*

Такой невербальный способ самовыражения помогает с необычной стороны взглянуть на себя и других.

Упражнение №19. “Мои сильные стороны”

Ведущий: *“У каждого из вас есть сильные стороны, то, что вы цените, принимаете и любите в себе, что дает вам чувство внутренней свободы и уверенности в собственных силах, что помогает выступить в трудную минуту. При формулировании сильных сторон не умаляйте свои достоинства. Вы можете также отметить те положительные качества, которые вам не свойственны, но вы бы хотели их выработать в себе. На составление списка вам дается 5 минут”.*

После того, как участники составили списки, ведущий продолжает: *“А теперь по очереди озвучим записи и комментарии к ним. Когда будете высказываться, говорите прямо, уверенно, без всяких “но...”, “если...”, “может быть”, “я не совсем уверен в том, что” и т.п. Слушатели могут только уточнять детали или просить разъяснения, но не имеют права высказываться. Вы не обязаны объяснять, почему считаете те или иные качества точкой опоры, сильной стороной. Достаточно того, что сами в этом уверены”.*

Это упражнение направлено не только на определение своих сильных сторон, но и на формирование привычки думать о себе положительно. Поэтому при его выполнении необходимо следить за тем, чтобы участвующие избегали даже незначительных высказываний о своих недостатках, ошибках, слабостях. Любая попытка самокритики и самоосуждения должна пресекаться. Поощряются самоописания, в которых чувствуется самоирония, шутливое отношение к себе. Если подобных самоописаний нет, то так может описать себя ведущий.

Упражнение №20. “Письмо себе любимому”

Ведущий: *“Сейчас вы напишете письмо самому близкому вам человеку. Кто самый близкий вам человек? (Участники занятия высказываются) Вы сами. Напишите письмо себе любимому. Любимому, потому что нельзя жить, не любя самого близкого себе человека!”.*

Время на письмо 10 минут, под тихую музыку.

Обмен впечатлениями: с какими чувствами писали письма? Важно, с какими чувствами, а не про что. Любовь - или любое другое живое отношение - чаще не в содержании, а в интонации, окраске, нюансах.

Ведущий: *“Кто хочет пересказать или зачитать свое письмо?”*

Этой возможностью, пусть не сразу, многие воспользуются. По ходу ведущий может давать комментарии. Стоит обратить внимание на то, как кто-то себя же и поучает, кто-то смотрит на себя снизу вверх, кто-то делится с собой теплом и нежностью, кто-то с собой на дружеской ноге, кто-то радуется себе близкому, а кто-то тоскует по себе, каким он был когда-то.

Упражнение направлено на повышение самооценки, на снятие внутренних барьеров, на понимание необходимости принять и полюбить себя таким, какой ты есть.

Упражнение №21. “Яркое впечатление”

Ведущий: *“Сосредоточьтесь на своем соседе слева. Вспомните все, что он говорил, делал во время нашей работы. Вспомните все чувства и отношения, которые возникали у вас по отношению к этому человеку и выберите наиболее яркое впечатление из всего того, что у вас связано с этим человеком”*.

Данное упражнение, равно как и предыдущие, способствует более полному представлению участников о своей уникальности, обогащение сознания позитивными, эмоционально окрашенными образами, связанными со своей личностью. Все это в совокупности увеличивает “устойчивость” личности, “площадь” ее опоры на себя, в чем коренится возможность для созидательного взаимодействия с другими людьми и миром.

Упражнение №22. “Гости” (“День рождения”)

Каждому из гостей вручается билетик, в котором указано, как себя вести в этой игре. Содержание билетика хранится в тайне до конца игры, и лишь потом, во время обсуждения можно признаться, что кому было предложено делать.

Среди всех ролей есть неуверенный в себе человек, агрессивно настроенный, уверенный в себе человек.

Группа отгадывает, какие типы поведения были продемонстрированы.

Упражнение №23. Игра “Неприятная ситуация”

Сначала участникам тренинга предлагается придумать по одной ситуации, в которой он чувствовал бы себя очень неудобно. Из всех предложенных ситуаций следует выбрать три-четыре таких, которые интересны, оригинальны, и, в то же время, могут встретиться любому участнику тренинга. Ведущий предлагает кому-нибудь из группы, кто поартистичнее, сыграть роль злобной продавщицы или дантиста-вымогателя, предлагает кому-нибудь сыграть роль жертвы, а всем остальным участникам тренинга отводит роли присутствующих при инциденте. Главные герои могут обращаться к ним, а они соответствующим образом реагировать.

В ходе обсуждения внимание заостряется на вопросе, что же такое выигрыш и проигрыш в подобного рода ситуациях. В психологии широко распространено мнение, что в таких ситуациях следует добиваться того, о чем

зашел спор, иначе это является проигрыш. Например, если вам дали сдачу надорванным рублем, вы просите заменить его, а вам отказывают в резкой форме, вы порвали его пополам, швырнули половинки и ушли, то считается, что ситуацию вы проиграли. Но в данном случае ситуация, безусловно выиграна вами. Вы потеряли рубль, но психологически выиграли, продемонстрировав пренебрежение к сопернику в изящной форме, установив свои правила игры. Можно было бы, конечно, добиться, чтобы рубль вам заменили, заискивающе улыбнуться, попытаться вызвать симпатию со стороны человека, который вам неприятен, выслушать завершающую грубость и получить ущерб на гораздо более значительную сумму.

Игра эта легкая, веселая, и она позволяет участникам, смеясь, расстаться с неуверенным прошлым.

Упражнение №24. “Экскурсия”

Группа делится на три части. Одна должна “вылепить” скульптуру уверенного в себе человека, вторая - неуверенного и третья - агрессивно настроенного. Фигура “лепится” из одного из участников, которому все участники придают необходимую позу, показывают мимику.

Каждая подгруппа выбирает “экскурсовода”, который будет описывать скульптуру, рассказывать, что и как она выражает. “Экскурсанты” (члены других подгрупп) могут соглашаться или не соглашаться, вносить свои коррективы.

Упражнение №25. “Вежливый отказ”

Группа делится на пары. Один уговаривает другого что-либо сделать, второй должен отказаться. Затем меняются ролями.

Примеры заданий: уговорить встать, поменяться местами, прогулять урок и т.д.

Затем каждая пара сообщает, удалось ли участникам отказаться и какой способ отказа использовался.

- Просто сказали “нет”, не споря и не объясняя причины, на все уговоры и давление продолжая отвечать “нет”.
- Объяснили причину отказа.
- Предложили сделать что-то другое.
- Попытались убедить партнера отказаться от нежелательного действия и т.д.

Упражнение №26. “Убеждение”

Ведущий: *“Среди качеств, необходимых творческой личности, является и способность убеждать людей. Но люди не похожи друг на друга, по-разному относятся и к тем, кто пытается их в чем-то убедить. Давайте проверим вашу способность”*.

Участники объединяются в микрогруппы по 4-5 человек и сразу решают вопрос об очередности выступлений. Затем ведущий называет тему, например “Преимущества использования безналичных денег”.

Первый участник начинает убеждать остальных в соответствии с заданной темой, при этом слушающие исполняют роли равнодушных слушателей. После сигнала ведущего (через 1 минуту) первый участник продолжает выступление по своей теме (либо может начать снова), а остальные выступают в роли агрессивных слушателей, настроенных против оратора и его темы. Это длится ровно 1 минуту.

Затем все начинается сначала, но уже с темой, которую называет ведущий, выступает второй участник. Микрогруппа последовательно играет обе роли. Таким образом слово предоставляется всем.

При анализе этого упражнения следует обратить внимание на ощущения участников в роли выступающих, на то, какими способами и приемами они пользовались, чтобы убедить такие разные аудитории.

Упражнение №27. “Критика”

Упражнение проводится в парах. Один критикует другого, партнер пытается правильно реагировать в зависимости от вида критики (справедливая, несправедливая).

После этого обсуждается вопрос: Как надо и как не надо реагировать на критику?

Упражнение №28. “Мотивы наших поступков”

Ведущий: *“Наши поступки вызваны разными побудительными силами. Мы делаем что-то потому, что “так положено”, так принято в обществе. Важно понимать, что движет нами в том или ином случае. Вот, например, страх, боязнь быть не принятым иногда осознается нами так или иначе, иногда мы делаем что-то, может не осознавая зачем, а может, думая, что из лучших побуждений, но в основе - все тот же страх.*

Вспомните два поступка, совершенных вами, продиктованные стремлением “быть как все”, “не высовываться” - один, когда вы в тот момент этого не осознавали, и другой - когда вы прекрасно понимали, почему вы это делаете”.

Участники группы, записав примеры из жизни, делятся ими.

Обсуждение: Что было труднее выполнить, не было ли трудно рассказать об этом и т.д.

Упражнение №29. “Принимаю решение”

Ведущий: *“Одно из важнейших умений, которым должен обладать творческий человек,- умение самостоятельно принимать решения. Составьте перечень тех из них, которые приняли за последнее время, например за прошедшую неделю или месяц, а может быть и год, если это очень крупные решения.*

На первом этапе нужно просто записать содержание решений, которые касаются непосредственно вас. Например: “Я решила изменить прическу” или “Я решил заняться изучением испанского языка” и т. п..

На это отводится 3 минуты. После этого ведущий просит участников проанализировать записи и откровенно ответить на следующие вопросы: *“Кто вам помогал принимать эти решения? Или, может быть, их кто-то принимал за вас? Если “да”, то почему? Почему решения, которые касаются только вас, принимает кто-то другой? Значит, вы до сих пор не научились этому? Объединитесь в микрогруппы по 3-4 человека и обсудите записи”*.

Для проведения этого упражнения ведущему необходимо включить музыку и помочь участникам настроиться на серьезное осмысление своей повседневной практики принятия решений.

Это очень важное упражнение, которое помогает участникам понять необходимость самостоятельного решения своих жизненных проблем.

Упражнение №30. “Решительность”

Ведущий: *“Сейчас мы с вами сразимся с нерешительностью. Нерешительность - основная причина многих неудач. Если проявить решительность с нерешительностью, своей и чужой, можно избежать многих неудач. Давайте прямо сейчас попробуем провести бой с нерешительностью. Пусть каждый придумает и запишет несколько вопросов (например, текущей политики или бизнеса), когда нужно немедленно принять кардинальное решение”*.

После того, как участники выполнили задание, ведущий предлагает всем разбиться на группы по 4-5 человек, в которых каждый по очереди задает свой вопрос, а все остальные предлагают пути решения. Оценивается скорость и оригинальность решения.

Упражнение №31. “Настойчивость”

Ведущий: *“Поговорим об одном необходимом всем качестве - настойчивости. Воля и страсть в правильном сочетании дают неотразимый эффект настойчивости. У кого нет настойчивости, могут и не помышлять о творческом успехе.*

Настойчивость понимается как состояние сознания, включающее: ясность намерений, уверенность в себе, определенность планов, тщательность анализа, возможность сотрудничества, силу воли. Эти качества даются воспитанием, но их можно и культивировать. Оцените самокритично, чего вам не хватает. Хорошо каждый недостаток изобразить шуткой или афоризмом. Дерзайте!”.

После того, как участники справились с заданием, ведущий продолжает: *“Заметим, что основные враги настойчивости: непонимание своих желаний, промедление, отсутствие интереса к знаниям, колебания и нерешительность, привычка ссылаться на обстоятельства, равнодушие, привычка винить в ошибках других, отсутствие страсти, привычка бросать дела незавершенными, отсутствие четкого плана, неумение учитывать изменение идеи, отсутствие честолюбия, привычка размениваться по мелочам, страх перед критикой.*

Оцените трезво, что из этих качеств вам свойственно и решительная борьба с ними может начаться немедленно, как только вы сможете придумать девиз или афоризм навстречу искоренению этих недостатков. Запишите, как вы мыслите преодоление всех препятствий. Если вы сможете превратить в шутку некоторые из упомянутых, но имевших место у вас недостатков, считайте, что вы уже на пути к их искоренению!”.

После того, как задание выполнено, группа может обмениваться впечатлениями.

Упражнение №32. “Риск”

Ведущий: *“Известно, кто не рискует, тот не выигрывает. Коснемся вопросов риска, без которого вообще невозможен творческий успех. Но риск должен быть оправданным. Давайте проанализируем эффективность ваших действий. Для этого перечислите свои основные рискованные дела, которые вы совершили в своей жизни”*.

Для записи ведущий предлагает участникам следующую схему:

Суть дела.

Оправдался ли риск?

Каков результат?

Если не оправдался, почему?

Выводы, которые вы сделали для себя на будущее.

После того, как задание выполнено, проводится обсуждение, после которого ведущий продолжает: *“Бесстрашие - необходимый компонент риска. Проблема в том, как воспитать в себе бесстрашие.*

Страхи окружают нас со всех сторон. Наиболее общераспространенные виды страха - страх нищеты, болезни, критики, разочарования, старости, смерти. Боязнь во многом является результатом воспитания. Симптомами боязни могут быть застенчивость, неуравновешенность, слабыхарактерность, комплекс неполноценности, безынициативность, вялость, самолежание, ревность, безразличие, отсутствие самолюбия, нерешительность, сомнение, зависть, беспокойство, неуверенность в себе, свехосторожность.

Как побороть в себе страхи и научиться оправданному риску? Что в себе вы считаете необходимым изжить? Как превратить в шутку этот страшный процесс изживания страхов? Отобразите это все в письменной форме, желательно в юмористическом жанре”.

После того, как все справились с заданием, каждый по очереди зачитывает то, что он написал.

Упражнение №33. “А что дальше?”

Ведущий: *“Теперь обсудим перспективные цели и те конкретные шаги, которые вы намерены предпринять для их осуществления. У каждого из нас сейчас будет возможность рассказать о них всем. Остальным можно задавать вопросы, конкретизировать цели, помогать в определении шагов по*

их достижению. Главная задача - составить конкретную программу ваших действий на ближайшее будущее”.

Основной смысл этого упражнения - принятие каждым для себя ответственности за свое ближайшее будущее. Когда человек вслух формулирует собственные цели и определяет конкретные шаги по их достижению, он тем самым как бы публично берет на себя обязательства выполнить их.

Упражнение №34. “Что я почти забыл?”

Ведущий: *“Прежде чем мы все расстанемся, я бы хотел дать вам возможность проговорить то, что вы не успели сказать или обсудить в ходе работы в группе.*

Закройте на минуту глаза и сядьте удобнее...

Представьте себе, что вы возвращаетесь домой и по дороге вспоминаете группу... В голове у вас проносятся лица участников и пережитые ситуации, и внезапно вы осознаете, что по какой-то причине не сделали или не высказали чего-то... Вы жалеете об этом... Что же осталось невысказанным или несделанным?

Теперь откройте глаза... Сейчас у вас есть возможность выразить то, что вы не успели раньше”.

Это упражнение помогает участникам осознать серьезные “хвосты” - все, что осталось незавершенным, невысказанным - и дает возможность избавиться от них до окончания тренинга.

Упражнение №35. “Фотография на память”

Ведущий (“фотограф”) расставляет участников группы близко друг к другу. При этом каждый должен занимать определенное место.

Ведущий объясняет, почему он расставил участников именно в таком порядке, рассказывает “историю этой фотографии”. После этого “фотограф” занимает заранее подготовленное для себя место среди других участников. “Фотография на память” готова.

Упражнение № 36. «Отпразднуй ошибку»

Импровизация — это разновидность сценического выступления, спектакля, когда актеры играют экспромтом. Импровизация — всегда риск, поэтому для таких упражнений нужно безопасное пространство, где не критикуют, не высмеивают и не показывают человека в негативном свете. Для этого нужно потренироваться «праздновать ошибку». Ошибка — это подарок, мы учимся быстрее благодаря ошибкам. Почему мы думаем медленно? Потому что хотим быть осторожными. Осторожность важна во многих ситуациях, только не в генерировании идей. Поэтому вот упражнение: каждый участник говорит: «Я ошибся» или «Я залажал», «Я сделал ошибку». А теперь скажите это с чувством, будто вы только что действительно провалили дело. Наблюдайте за лицами друг друга в этот момент: они съеживаются, сжимаются, мы как будто пытаемся уберечь себя от наказания, ведь точно

знаем, что за ошибку ругают. Мы боимся, что нас будут критиковать. Многие люди даже стучат себя по голове, когда сделали ошибку: они будто говорят: «Не наказывайте меня за ошибку, я уже сам себя наказываю». Но для импровизации нужно забыть о безопасности, ошибках и критике. Поэтому потренируйтесь говорить «Я ошибся» так, будто вы этому радуетесь: руки вверх, радостное лицо, отпразднуйте свою ошибку. Множество ученых сделали свои прорывные открытия благодаря провалу. Все они, когда заметили ошибку, не пытались ее исправить или найти виновного, а говорили: «О, это интересно!» В следующий раз, когда налаживаете, скажите себе: «Интересно, что может из этого выйти?»

Упражнение № 37. Игра «Поделись фальшивыми воспоминаниями»

Иногда ключи от сундука вашей креативности держит в руках кто-то другой, а вы знаете пароль к его творческим идеям. Это один из наиболее ценных выводов импровизации: не важно, насколько классная ваша идея, то, что только что сказал ваш партнер, в сто раз лучше. Это гениальный принцип сотрудничества: ценить идею вашего партнера и вместе строить ее дальше.

Чтобы прокачать этот навык, можно поиграть в «Поделись фальшивыми воспоминаниями». Два человека делают вид, что знают друг друга всю свою жизнь, они все делали вместе. Игра начинается со слов: «А помнишь, как мы...» и дальше может быть что угодно: рыбачили, полетели на Луну, съели мамонта. Это может быть что-то реалистическое или причудливое, веселое или скучное, только не то, что мы действительно делали вместе. Следующий игрок подхватывает воспоминание, но не соглашается с деталями событий. К примеру:

- Помнишь, мы ходили собирать яблоки в саду?
- Да, но кажется, это были не яблоки, а черника. Там были кусты черники.
- Там были кусты, но это все-таки были яблоки — странные синие яблоки. И помнишь, мы попали в беду, ведь яблоки нельзя было собирать?
- Я помню это несколько иначе: нас очень гостеприимно встретили хозяйка этого сада.
- Да, но они только делали вид, что дружелюбны. На самом деле они были агентами под прикрытием.

И так далее: игроки по очереди строят свои идеи на репликах партнера и не соглашаются в мелких событиях. Получается, мы не отрицаем идею партнера, не блокируем ее, а даем свой вариант деталей события. Чтобы раскрыть свою креативность, мы не должны блокировать творчество другого человека, мы должны принимать все идеи.

Упражнение № 38. Представьте себя на месте директора

Развить способность к генерации новых идей помогает ролевое перевоплощение. Сидя в общественном транспорте или на скучной встрече, представьте себя на месте другого человека. Это может быть архитектор, которому предстоит выполнить необычный заказ. Или руководитель крупного

предприятия, находящегося в состоянии упадка. Подумайте, какие антикризисные меры позволят вам избежать банкротства и сохранить деловую репутацию. В идеале вымышленную проблему нужно решить нестандартным методом и придумать оригинальную развязку.

Роловое перевоплощение — хороший способ развить креативное мышление

Упражнение № 39. Найдите новое применение старым вещам

В повседневной жизни люди следуют давно заведенным шаблонным схемам. Попробуйте креативно подходить не только к рабочим вопросам и хобби, но и к любой деятельности. Привносите в каждое свое занятие немного творчества: даже небольшие изменения могут натолкнуть на новую идею. Начните переделывать старые вещи или превращать самые обыденные предметы в необычные. Например, можно по-новому использовать кофейную гущу, мёд или кокосовое масло. Тренировать креативность можно в компании с друзьями — поставьте новый фильм, выключите звук и начните дублировать героев. А прочитав половину книги, сначала попробуйте самостоятельно придумать ее финал.

Упражнение № 40. Жареные факты

Для того, чтобы оценить риски пришедшей в голову идеи или проекта, есть забавный, но эффективный метод. Представьте себе потенциальный результат и рассудите, как на него могут отреагировать «желтые» и традиционные «белые» СМИ.

Представим, что наша организация X проводит благотворительную акцию по установке инклюзивной площадки в конкретном микрорайоне города Y. «Белое» СМИ, скорее всего, выпустит материал с заголовком в стиле «Компания X подарила республике первую площадку для детей-инвалидов». «Желтое» же может отреагировать неожиданно: «Компания X пиарится за счет детей-инвалидов» или «Компания X оплатила рекламу микрорайона Y, играя на чувствах инвалидов».

Таким образом, перебирая подобные заголовки и рассуждая как охочий до жареных фактов журналист, можно, во-первых, разглядеть слабые места своего проекта, а во-вторых, сразу отработать его будущие репутационные и PR-риски.

БЛИЦ – ОПРОС

Эти упражнения стоит выполнять письменно. На каждое постарайтесь выделить определенное время - минут 7, например.

1. Закройте глаза. Подумайте об одном из предметов, находящемся в комнате. Не открывая глаз, перечислите как можно больше признаков этого предмета. Откройте глаза и запишите все, что запомнили, по-прежнему не глядя на предмет.

2. Выберите стихотворение, которое вам нравится. Используйте его последнюю строку в качестве первой строки вашего собственного стихотворения.

3. Куда вы идете, когда хотите немного отдохнуть? Напишите об этом месте.

4. В 400 словах опишите идеальное место, где вы хотели бы жить.

5. Напишите, что вы сказали бы незваному гостю, заглянувшему к вам в 3 часа ночи.

6. Напишите рассказ, начинающийся словами: "Однажды у меня была возможность... но я ее упустил".

7. Письмо в прошлое. Напишите письмо себе 10-летнему.

8. В 200 словах опишите свою первую игрушку.

9. Напишите о самом трудном решении, которое вы когда-либо принимали.

10. Напишите о самом легком решении, какое вы когда-либо принимали.

11. Напишите рассказ о пустом стакане.

12. Вспомните о самом скучном дне в вашей жизни. Опишите его, но помните, что ваш рассказ не должен быть таким же скучным.

13. Начните статью на 500 слов так: "Если бы я мог что-то изменить, я бы изменил..."

14. Напишите объяснительную, почему вы не занимаетесь улучшением своих письменных навыков ежедневно.

15. Напишите рассказ о синем предмете.

16. Представьте, что находитесь в комнате, полной людей, но вы в ней единственный слепой. Запишите, какими вы видите помещение и людей в своем воображении.

17. Составьте список всего, чего боитесь. Выберите один страх и напишите о нем.

18. В 200 словах опишите жаркий день.

19. Чем вы занимаетесь в ненастье? Напишите об этом рассказ в 250 слов.

20. Напишите о том, какими яствами вы угостили бы злейшего врага.

21. Подумайте о человеке, которого можно назвать слишком гордым. Опишите поведение этого человека.

22. Используя 150 слов, опишите внешность, род занятий и привычки человека по имени, скажем, Анатолий Бубликов.

23. Перечислите 50 поступков, которых вы никогда не совершите.
24. Напишите монолог от лица свежесрезанного цветка.
25. Сочините рассказ, используя ключевые слова: "инструктор-собаковод", "закон", "пляж", "булочка".
26. Напишите монолог чистого носка, по ошибке попавшего в холодильник, забитый продуктами.
27. Перечислите 15 причин выучить иностранный язык.
28. Почему учитель собирается сменить карьеру? Назовите не менее 10 причин.
29. Перечислите 7 худших фраз, которые можно сказать только что уволенному человеку.
30. Напишите короткое гневное выступление из 7 абзацев, начиная каждый из них выражением "Растет как сорная трава".
31. Напишите короткий рассказ, используя слова: "проповедник", "монета", "расческа", "лестница", "колодец".
32. Напишите короткую историю с таким сюжетом: клоны Элвиса Пресли завоевали мир.
33. Придумайте не менее 7 причин, включая самые невероятные, почему продавец антиквариата покинул свой городок.
34. Напишите монолог от лица единственного дерева, оставшегося на месте леса после того, как все другие деревья спилили.
35. Перечислите 8 заслуживающих внимания причин, оправдывающих лжеца.
36. Напишите короткий рассказ, используя слова: "священник", "кольцо", "сад", "бинокль".
37. Предложите 5 вариантов вставок к следующей просьбе: "Пожалуйста, не мните ____, потому что (иначе, а то) ____".
38. Перечислите 10 вещей, за которые вы отдали бы последние 500 рублей за неделю до зарплаты.
39. Сочините историю, используя слова: "дедушка", "фотоальбом", "почта", "спички".
40. Назовите 7 обстоятельств, из-за которых может покраснеть драматург.
41. Напишите монолог от лица ложки, попавшей в посудомоечную машину.
42. Вы возвращаетесь домой из магазина. Перечислите 10 причин, включая самые невероятные, почему входная дверь вашей квартиры распахнута.
43. Напишите инструкцию, как научить домашних тараканов отбивать чечетку.

КНИГИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ

Научиться мыслить творчески реально! Чем больше усилий приложит человек к работе над собой, тем быстрее достигнет желанных высот.

Существует масса книг и учебников, предназначенных для мотивации и обучения читателей. Такая литература идеально подойдет активным людям, для которых развитие творческого мышления стало важной жизненной целью.

Среди огромного количества полезных литературных источников можно выделить несколько отличных книг.

- Остин Клеон «Кради как художник. 10 уроков творческого самовыражения»

Автор пытается донести мысль о том, что элементы творчества – это часть тех вещей, которые находятся вокруг нас. Не нужно быть гением, чтобы стать креативной личностью, достаточно просто быть собой и развивать все свои навыки.

Также Клеон описывает эффективные методы активизации творческого мышления.

- Майкл Микалко «Рисовый шторм»

Эксперт по креативности рассказывает, как научиться производить только оригинальные и полезные идеи. Сотни необычных задач-головоломок, выполнение которых поможет самостоятельно генерировать толковые идеи в будущем.

- Марк Леви «Гениальность на заказ»

Леви говорит, что пора отказываться от привычных методов решения задач, нужно учиться думать и действовать нестандартно.

Фрирайтинг – необычная технология развития творческого мышления, придуманная автором для создания оригинальных идей.

- Эстанислао Бахрах «Гибкий ум»

Обязательное условие – сильное желание и стремление к саморазвитию.

- Братья Маклеод «Создай свою вселенную»

Книга порадует не только полезным текстом, но и забавными иллюстрациями к ситуациям, что описываются братьями. Авторы разбирают некоторые приемы развития творческого мышления. Для этого они подобрали интересные задания, которые помогут раскрыть потенциал каждого читателя.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Креативность — это способность неординарно воспринимать окружающий мир и генерировать новые оригинальные идеи. Простыми словами развитие креативного мышления — это процесс отклонения от традиционных или принятых схем, который приводит к построению новых путей достижения целей и нестандартному решению задач.

Принято считать, что креатив — забота творческих людей. Врачи, инженеры, сельхозработники и другие негуманитарные специалисты якобы работают по проверенным алгоритмам и уверены в том, что делают. Но если бы все рассуждали так, то не было бы ни научно-технической революции, ни каких-либо изобретений.

Способность мыслить, творить - величайший из полученных человеком природных даров. Некоторые дети обладают большим творческим потенциалом, некоторые - меньшим, но даром этим отмечен каждый. И где проходит граница между одаренным и неодаренным ребенком, никому точно не известно. Еще сложнее определить, кто в будущем достигнет высот гения, а кому уготована более скромная роль. Одно бесспорно - в специальном развитии нуждается интеллектуально-творческий потенциал каждого ребенка. Наиболее важным возрастным этапом с точки зрения формирования интеллектуально-творческих способностей детей является возрастной диапазон в интервале старшие дошкольники - младшие школьники.

И в настоящее время, когда жизнь становится разнообразнее и сложнее, требует от человека не шаблонных, привычных действий, подвижности, гибкости мышления, быстрой ориентации и адаптации к новым условиям, творческого подхода к решению различных проблем, очень важно не упустить сензитивный период для развития способностей к творчеству. И от того, насколько были использованы возможности для развития творческих способностей в период дошкольного детства, во многом будет зависеть творческий потенциал взрослого века.

Мыслить интереснее, чем обычно, можно научиться. Уделяйте указанным выше заданиям 10–15 минут в день и не хватайтесь за все сразу. Уже через месяц вы обнаружите изменения — начнете замечать больше, смотреть глубже. Творчество заразительно, а жизнь многогранна. Кто знает, может, следующее выдающееся изобретение будет принадлежать именно вам?

Все эти задания должны вдохновлять учащихся на творческие поиски, на творческую работу. Они не должны быть нежелательными, не должны быть обязательной. Они должны приносить учащимся радость и творческое удовлетворение.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александровская Э.М., Кокуркина Н.И. Психологическое сопровождение подростков в школе. Методические рекомендации по организации групповой работы. - М., 2000. – 68 с.
2. Асмолов А.Г., Бурменская Г.В., Володарская И.А., Карабанова О.А., Салмина Н.Г. Культурно-историческая системно-деятельностная парадигма проектирования стандартов школьного образования.//Вопросы психологии. – 2007. - №4. – С16-24.
3. Богданов Е.Н., Краснощеченко И.П. Организация самопознания личности подросткового и юношеского возраста. - Калуга, 1996.
4. Большаков В.Ю. Психотренинг: социодинамика, упражнения, игры. - Спб., 1996.
5. Введение в практическую социальную психологию/Под ред. Ю.М.Жукова, Л.А.Петровской, О.В.Соловьевой. - М.: Смысл, 1999.
6. Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками. – СПб.: Питер, 2008 г. – 368 с.: ил.
7. Ермолаева-Томина Л.Б. Психология художественного творчества. – М.,2003. – 304 с.
8. Игры: обучение, тренинг, досуг/Под ред. В.В.Петрусинского. - М., 1995.
9. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. – СПб.: Питер, 2009 г.
10. Казанский О.А. Игры в самих себя. 2-ое изд. – М.: Роспедагенство, 1995.-285 с.
11. Как вести за собой. Большая книга вожаго. Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2004 г. – 608 с.
12. Кипнис М. Тренинг коммуникации. – М., 2005. – 128 с.
13. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. - Екатеринбург, 1997.
14. Кэдьусон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. - Спб.: Питер, 2000.
15. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. - М.: Академия, 2001.
16. Мусийчук М.В. Практикум по развитию креативности личности. - Магнитогорск, 1994.
17. Недбаева С.В. Психологические практики в образовании: виды, статус, методический инструментарий. - Спб., 2000.
18. Николаева Е.И. психология детского творчества. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2010 г.
19. Полонский В.М. Словарь понятий и терминов по образованию и педагогике. – М., 2000. – 368 с.
20. Популярные психологические тесты./Сост. Е.А. Андреева. – М.: ООО «ТД «Издательство Мир книги», 2006 . – 320 с.

21. Практика сказкотерапии/Под редакцией Н.А. Сакович. – СПб.: Речь, 2006. – 224 с.
22. Прутченков А.С. “Свет мой, зеркальце, скажи...”: Методические разработки социально-психологических тренингов. - М.: Новая школа, 1996.
23. Прутченков А.С. Школа жизни: Методические разработки социально-психологических тренингов. – 2-е изд., испр. и допол. – М.: МООДиМ «Новая цивилизация», Педагогическое общество России, 2000.-192 с.
24. Психогимнастика в тренинге/Под ред. Н.Ю.Хрящевой. - СПб: Речь, 2000.
25. Психокоррекционная работа со старшеклассниками. Тренинги, авт.-сост. О.Н.Рудякова. – Волгоград, 2008. – 99 с.
26. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/Под ред. И.В.Дубровиной. - Екатеринбург: Деловая книга, 1998.
27. Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее. – СПб.: Дельта, 1998 – 208 с.
28. Рудестам К. Групповая психотерапия. - СПб.: Питер, 1999.
29. Сонин В.А. Психологический практикум: задачи, этюды, решения. - М., 1998.
30. Стернберг Р., Григоренко Е. Учись думать творчески!//Основные современные концепции творчества и одаренности/Под ред. Д.Б.Богоявленской. - М.: Молодая гвардия, 1997. - С. 186-213.
31. Тренинг развития жизненных целей. Программа психологического содействия социальной адаптации/Под ред. Е.Г.Трошихиной. - СПб., 2001.
32. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие. - М.: Генезис, 1999.
33. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. - М.: Генезис, 2001.
34. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотехнические игры в спорте. - М., 1985.

**Махмудов Абдулхалим Хамидович,
Ташмухамедова Гулнора Худайбердиевна,
Абдурахманов Зафар Бахтиерович**

СБОРНИК ПРОБЛЕМНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ

Издательство “Bookmany print”

Лицензия № 022246. 28.02.2022 г.

Подписано к печати 04.07.2022 г.

Гарнитура “Times New Roman”. Формат 60x841/16.

учет-изд. л. 5,2. услов. печ. л. 4,9.

Печать офсетная. Тираж 50 экз.

г.Ташкент, Учтепинский р., 22-квартал, дом 17-б.

Отпечатано в типографии ООО “BOOKMANY PRINT”. г.Ташкент,
Учтепинский р., 22-квартал, дом 17-б.