

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ  
«ЗУБРЕНОК»

# **Развитие лидерских качеств**

2009

Р е к о м е н д о в а н о  
методическим советом УО «Национальный детский  
оздоровительный лагерь «Зубренок»  
03.02.09, протокол №8

Составители: А.А. Федюшко, М.В. Целищева.

В сборник вошли практические материалы по выявлению, и развитию и повышению уровня лидерских способностей учащихся путем проведения психологических игр, тренингов, создания ситуации успеха. Материал представляет интерес для педагогов-психологов, воспитателей внешкольных учреждений, педагогов и вожатых детских оздоровительных лагерей.

## Содержание

<b>Введение</b> .....	4
<b>1. Работа с лидерским потенциалом в группе</b> .....	5
1.1. Разбивка «к лидеру» .....	5
1.2. Разбивка «от лидера».....	5
1.3. Упражнение «Автобиография» .....	6
1.4. Упражнение «Джеффа» .....	6
1.5. Упражнение «Я – лидер?» .....	8
1.6. Упражнение « Каким меня видят другие?».....	8
1.7. Игровая ситуация «Голосуйте за меня».....	9
1.8. Упражнение «Действуй по инструкции» .....	10
1.9. Упражнение «Формула успеха».....	11
1.10. Коммуникативная игра «Козлятушки-ребятушки».....	11
1.11. Упражнение «Слепой и поводырь» .....	13
1.12. Упражнения на выработку оптимального взаимодействия.....	14
<b>2. «Школа лидерского успеха».....</b>	<b>15</b>
2.1. Диагностика интересов и возможностей подростков, посещающих «Школу лидерского успеха». Входящая анкета .....	16
2.2. Занятие 1. «Знакомство. Выявление лидеров» .....	19
2.3. Занятие 2. Коллективная игра «Время выбрало нас» .....	19
2.4. Занятие 3. Игра-исследование «Особые психологические свойства» ..	23
2.5. Занятие 4. «Умение управлять и подчиняться».....	29
2.6. Занятие 5. «Умение слушать и слышать».....	31
2.7. Занятие 6. «Умение руководить» .....	32
2.8. Занятие 7. «Лидер и власть» .....	34
<b>3. Психологические тесты для лидера коллектива</b> .....	<b>39</b>
3.1. Тест. Умеете ли вы влиять на других? .....	39
3.2. Тест. Пробивная сила .....	40
3.3. Тест. Решительны ли вы? .....	43
3.4. Тест. Достаточно ли вы активны? .....	45
3.5. Тест. Умеете ли вы контролировать себя? .....	47
3.6. Тест. Каков уровень вашей самооценки? .....	47
<b>Литература</b> .....	<b>50</b>

## **Введение**

Для того чтобы подросток был успешным и чувствовал себя успешным, ему необходимо обладать рядом совершенно для него новых качеств личности: уметь общаться с разными категориями людей, быть способным работать в команде, мотивировать других, уметь выражать то, что чувствует, и т. д.

Лидерами не рождаются, ими становятся. Конечно, все мы знаем, что личность воспитывается и формируется в течение всей жизни, что подростковый возраст является одним из важных периодов в становлении личности человека. Подросток находится на распутье, во многих есть задатки лидера, но не у каждого есть возможности и способности для того, чтобы развить и закрепить их самостоятельно.

Одна из особенностей подросткового возраста состоит в том, что у ребенка существует объективная потребность во внимании со стороны учителей, родителей и особенно сверстников, потому что в этот период именно эта группа является наиболее значимой (референтной). Подросток пытается каким-либо образом выделиться в этой группе, приобрести авторитет, почувствовать свою важность, т.е. проявить себя как лидер. Но выйти вперед и встать во главе других — значит стать ответственным не только за себя, но и за тех, кого ведет, за то дело, которое организовывает.

Выяснить действительные возможности лидера — значит выяснить, как воспринимают лидера другие члены группы. Мера влияния лидера на группу не является величиной постоянной, при определенных обстоятельствах лидерские возможности могут возрастать, а при других, напротив, снижаться.

Иногда понятие «лидер» отождествляется с понятием «авторитет», что не вполне корректно: конечно, лидер выступает как авторитет группы, но не всякий авторитет обязательно означает лидерские возможности его носителя. Лидер должен организовать решение какой-либо задачи, авторитет такой функции не выполняет, он просто может выступать как пример, как идеал, но вовсе не должен брать на себя решение задачи.

Лидером является такой член группы, который выдвигается, в результате взаимодействия членов группы, для организации группы при решении конкретной задачи. Он демонстрирует более высокий уровень активности, участия, влияния в решении данной задачи. Таким образом, лидер выдвигается в конкретной ситуации, принимая на себя определенные функции. Остальные члены группы принимают лидерство, т.е. строят с лидером такие отношения, которые предполагают, что он будет вести, а они будут ведомыми.

## **1. Работа с лидерским потенциалом в группе**

На начальном этапе работы с группой очень важно провести диагностику, выявить лидеров, которые потом помогут вам сделать взаимодействие с группой более эффективным.

Существует множество форм работы, целью которых является выявление лидера.

### **1.1. Разбивка «к лидеру»**

Если вы хотите разбить группу на две части, то вызываются два добровольца (возможно, тот, кто вызвался, и является лидером), которые будут капитанами команд.

Затем члены группы подходят к тому капитану, в чьей команде они хотели бы оказаться. Здесь нужно быть очень внимательными и осторожными в выборе капитанов, чтобы не получилось так, что к одному капитану присоединилось три человека, а ко второму — двенадцать. Можно сразу оговорить, что в каждой команде должно быть по семь человек.

Данное упражнение является хорошей диагностикой. Добровольцами вызываются те, которые либо считают себя лидерами, либо претендуют на лидерство. Это очень важная для психолога, педагога информация, ведь на реального лидера в группе можно и нужно опираться, чтобы он был помощником в группе, а не конкурентом. Ну а если претендент на лидерство не получает желаемого, то он, скорее всего, станет проблемным, деструктивным участником группы. Зная это, ведущий может создать для этого участника такие условия, в которых и он сможет проявить свой лидерский потенциал, и группа заметит и оценит его.

Вторая часть упражнения предполагает своего рода социометрию. Все участники распределяются между лидерами-добровольцами. Важно отслеживать, к кому идут охотнее, кто какой делает выбор, идут к лидеру или к кому-то, кто уже возле него (кстати, именно этот человек и может оказаться настоящим авторитетом, лидером в группе). Ведь далеко не всегда самый активный — это лидер, в этом упражнении это возможно отследить, если обращать на это целенаправленное внимание.

### **1.2. Разбивка «от лидера»**

Упражнение похоже на предыдущее, но принцип в том, что все выборы делает сам доброволец. Это диагностирует и отчасти развивает такое важное качество лидера, как ответственность.

Так же как и в предыдущем варианте, вызываются два капитана. Затем капитаны по очереди сами выбирают себе заместителей, потом помощников, и так далее всю команду.

Задача психолога, педагога — не позволять добровольцу перекладывать ответственность на других.

Если он решил стать капитаном, он должен сам выбрать себе команду. Это небезопасно для добровольца, поскольку ему придется открыто делать выбор,

транслируя свои предпочтения, он волен отказаться от этого выбора, тем самым отказываясь от роли капитана.

### 1.3. Упражнение «Автобиография»

Навыки самопрезентации являются важными навыками лидера, это упражнение может стать отправной точкой в развитии навыков самопрезентации.

Каждый из участников в течение 5 минут составляет свою краткую автобиографию, выделив, на его взгляд, самое важное: где учился, живет, какой он человек и т. д.

Затем группа собирается в большой круг, и все по очереди выступают. Задача: четко и ясно рассказать о себе.

Ситуация рассказа о себе волнительна для многих участников, в нашем менталитете есть стереотип того, что говорить о себе неприлично, но для успешности в жизни это необходимо, к тому же самопродвижение является одним из самых цивилизованных видов влияния. Поэтому важно помочь участникам справиться с волнением и неуверенностью перед самопрезентацией. Необходимо донести до участников, что это упражнение не конкурс и не экзамен, в нем нет правильных или неправильных вариантов. Обратная связь дается выступившему не в качестве критики, а в качестве помощи в дальнейшей жизни.

Рефлексия:

- Какие основные моменты в своей биографии вы считаете наиболее значимыми?
- Как вы себя чувствовали, когда представляли свою биографию?

### 1.4. Упражнение Джеффа

Данная процедура создает условия для самоанализа, в том числе и относительно лидерского потенциала. Упражнение глубокое и серьезное, поэтому предварительно необходимо настроить участников на вдумчивое отношение к услышанным вопросам.

Готовятся три плаката с надписями «ДА», «МОЖЕТ БЫТЬ», «НЕТ». Они развешиваются в разных концах помещения.

Ведущий стоит в центре помещения и задает вопросы, после заданного вопроса участники переходят к тому плакату, который соответствует их ответу.

Ведущий спрашивает, кто хотел бы сказать, почему он выбрал именно этот ответ. Желаящий поднимает руку, ведущий кидает ему мяч. Тот, у кого в руках мяч, имеет право на ответ. После ответа он может бросить его тому, кого хочет услышать, тот отвечает или отказывается.

**Важное правило:** участники упражнения не имеют права критиковать других и спорить. Они высказывают только свое мнение!

## **Задания для упражнения Джеффа (модификация).**

Хотели бы вы изменить свой возраст?

Смогли бы вы дружить и любить человека другой национальности (расы)?

Имеют ли ваши родители национальные и расовые предрассудки?

Обманываете ли вы своих родителей?

Верите ли вы в любовь с первого взгляда?

Считаете ли вы, что мужской пол — сильный пол?

Считаете ли вы, что ваша семья важнее ваших друзей?

Смогли бы вы жить в одиночестве?

Интересуют ли вас политические события в стране?

Считаете ли вы, что цель оправдывает средства?

Для меня важнее качество, чем количество.

Возможен ли рай в шалаше?

Смогли бы вы помочь другим в ущерб себе?

Как вы считаете, есть ли у вас комплексы?

Согласны ли вы с пословицей: «Один в поле не воин»?

Я считаю, что недостатки людей так же естественны, как дождь, и поэтому отношусь к ним терпимо.

Не люблю вести светские беседы.

Во всех неприятностях, прежде всего, виню себя.

Никогда не скучаю, даже если нахожусь в одиночестве.

Во всех делах во главу угла ставлю принцип: «Не нарушай естественный ход событий».

Считаю, что если человек не может сделать так, чтобы ему было хорошо сейчас, то ему никогда не будет хорошо.

Я верю в судьбу.

Лучше быть умным, чем богатым.

Есть ли у вас самолюбие?

Трудно ли вас вывести из себя откровенным хамством?

Знаете ли вы себя полностью?

Вы считаете, что в большинстве случаев правы?

Я знаю, для чего живу.

Особую роль в этом упражнении играет анализ, благодаря которому участники имеют возможность резюмировать те размышления, которые у них возникли, а также получить обратную связь. «Сухой остаток» этого упражнения — это хороший вклад в опыт подростка.

Материалом для анализа являются ответы на следующие вопросы:

- Было ли вам интересно? Почему?
- Были ли вопросы, над которыми вы раньше не задумывались?
- Были ли вопросы, над которыми вам хотелось бы подумать или поговорить подольше?
- Что вы чувствовали к тем, кто давал противоположный ответ?

- Менялось ли при этом ваше мнение?
- Были ли вопросы, на которые вам хотелось ответить искренне? Много ли их было?
- Что нового вы открыли для себя?

### **1.5. Упражнение «Я – лидер?»**

В этом упражнении также основную роль играет самопознание, но в отличие от предыдущего оно направлено именно на анализ своего лидерского потенциала. В каждом есть лидерский потенциал, поэтому важно помочь подростка, разглядеть и осознать его в себе.

Каждый участник берет чистый лист бумаги и индивидуально дает не менее 5 ответов на каждый из вопросов:

- Какие качества и умения лидера я знаю в себе?
- Какие привычки и качества мешают мне быть лидером?

На втором этапе участники объединяются в группы по 5-6 человек и обсуждают свои ответы. При необходимости они могут их комментировать. Важно, чтобы ведущий создал условия именно для индивидуальной работы, чтобы у каждого было свое пространство и время подумать.

Важно следить, чтобы участники не спешили обсуждать то, о чем пишут, предупредив, что у них обязательно будет такая возможность. Умение анализировать свои действия должно быть присуще лидеру. Помимо того, обязательно будут те участники, которым будет трудно найти в себе лидерские качества, поэтому ведущий должен в процессе выполнения упражнения подходить к каждому, по необходимости помогая.

Материалом для анализа являются ответы на следующие вопросы:

- Удалось ли вам откровенно ответить на вопросы?
- Что именно вы понимаете под теми качествами и умениями, которые вы изначально определили?
- Изменилось ли ваше мнение после обсуждения?

### **1.6. Упражнение «Каким меня видят другие?»**

Основной механизм следующей группы упражнений — это обратная связь, поэтому перед их проведением ведущий должен обсудить с участниками правила обратной связи, чтобы она не превратилась в общую критику.

Во-первых, необходимо донести до участников, что не стоит избегать обратной связи, она — один из основных инструментов личностного роста. В качестве примера можно привести известный эксперимент. Трём группам с одинаковыми возможностями давались одинаковые задания, но при этом группу 1 все время ругали в процессе выполнения, группу 2 — хвалили, группе 3 не давали никаких комментариев. Лучшие результаты показала группа 2, на втором месте была группа 1, самые низкие результаты были у группы 3.



Из этого примера хорошо видно, что положительная обратная связь мотивирует лучше всего, но даже отрицательная обратная связь мотивирует больше, чем ее отсутствие. Когда мы не знаем, что о нас и наших действиях думают другие, мы находимся в ситуации неизвестности, что вызывает большое напряжение.

Во-вторых, важно сформулировать определенные правила обратной связи. В частности:

- обратная связь должна быть своевременной, иначе она больше похожа на сведение счетов («А вот помнишь, ты на прошлой неделе...»);
- обратная связь не должна содержать категоричных, безапелляционных оценок («Все плохо», «Все хорошо»);
- обратная связь должна опираться на факты и примеры, иначе это будет обидная критика;
- обратная связь должна способствовать развитию, т. е. содержать варианты предложений о том, что и как можно изменить;
- обратная связь должна заканчиваться позитивными моментами, пусть даже это будет какая-то мелкая деталь, в любом, даже самом неудачном моменте можно найти положительные моменты и т. п.

### 1.7. Игровая ситуация «Голосуйте за меня».

Каждый участник должен подойти к возможно большему числу членов группы и задать один и тот же вопрос: «Ты проголосуешь за меня?». Тема для голосования должна быть актуальной для группы. Тот, к кому обратились, может и не отвечать, ведь ему тоже нужно собрать как можно больше подписей. Но если он решается ответить на этот вопрос «да» или «нет», то принимает решение в соответствии со своими представлениями об этом человеке. Вместе с ответом необходимо поставить подпись в бланке.

Имя опрашиваемого	Результат голосования	Подпись опрашиваемого члена группы

На опрос дается 5 минут. Затем подводятся итоги. Материалом для анализа являются ответы на следующие вопросы:

- Что мешало или помогало вам подойти к членам группы за ответами?
- Почему вы голосовали именно так, а не иначе?

Лидеру для достижения успеха очень важно научиться, во-первых, выполнять даваемые ему инструкции, во-вторых, давать инструкции самому. Человек, не способный подчиняться, вряд ли сможет успешно руководить другими, это скорее будет напоминать тиранию и самодурство. К тому же в

жизни редко бывает, когда все время приходится руководить. Все мы одновременно находимся в нескольких разных позициях, поэтому мы должны уметь равно как управлять, так и подчиняться.

В подростковом возрасте есть тенденция к отказу от норм и инструкций, что может стать негативной личностной чертой в дальнейшем, поэтому задача этих упражнений научить, в первую очередь, следовать инструкциям, а уже потом давать их другим.

### **1.8. Упражнение «Действуй по инструкции»**

Доказано, что 75% своего времени мы проводим в общении с другими, а значит, мы должны уметь быть частью коллектива, сообщества, выполняя определенные функции. Предложите подросткам потренироваться в простом, казалось бы, упражнении.

Ведущий дает четкую инструкцию, состоящую из нескольких действий. Например: «Вася, возьми карандаш, подойди к столу, возьми лист бумаги. Напиши на нем свое имя. Возьми этот листок, отнеси его Лене. Вернись на свое место». Называйте столько действий, сколько ребенок способен запомнить: средний подростковый возраст — 5-6 действий; старший подростковый возраст — 7-8 действий.

Все действия должны быть выполнены в названной вами последовательности. Можно дать возможность потренироваться каждому участнику группы. Затем участники разбиваются на пары. Решают, кто из них будет А, а кто Б.

А — пишет инструкцию и командует; Б — исполняет. Потом они меняются ролями.

#### **Рефлексия:**

- Удавалось ли вам дать четкую инструкцию?
- Что было легче: давать инструкции или выполнять их?

**Целеполагание** — это то, что необходимо, но непросто, а для подросткового возраста и малоинтересно, но каждый хочет быть успешным, поэтому мотивация ставить цели успеха выше, но, чтобы они были действительно успешными, необходим ряд условий:

- цель должна быть конкретна, измерима и реальна;
- разбивайте цели-«слоны» (очень большие и перспективные) на более мелкие и близкие во времени;
- ставя цели, опирайтесь на имеющийся потенциал, как свой, так и тех, кто готов помочь нам в достижении наших целей.

## 1.9. Упражнение «Формула успеха»

Для того чтобы достичь цели, необходимо четко ее представлять, понимать, к чему идешь.

У каждого участника есть 10 минут для того, чтобы составить собственную формулу успеха лидера. Для этого нужно написать 10 основных условий.

Затем, в общем кругу, обсуждаются все предложения и составляется общий список.

Пример формулы успеха лидера.

- Умей видеть цель.
- Доверяй товарищам.
- Умей слушать и слышать.
- Бери на себя ответственность.
- Будь тактичным.

### Рефлексия:

- Как проходила процедура обсуждения?
- Как действовал каждый из участников?
- Убеждал ли он других в своей правоте или был пассивен?

Научиться ставить цели действительно сложно. И решить эту задачу с помощью разового упражнения не удастся. Введите в своей группе правило периодически, допустим раз в неделю, определять цели на этот период. А по истечении этого времени анализировать, какие из поставленных целей реализовались, а какие — нет? Почему?

### Умение убеждать

Для лидера очень важно уметь убеждать, а для этого необходимо быть самому уверенным в отстаиваемых позициях и при этом уважительно относиться к партнерам.

Убеждение — один из самых цивилизованных способов влияния, но его не так просто использовать, ведь в убеждении важно быть уверенным одновременно с тем, чтобы быть внимательным к другим; важно уметь контролировать себя и свои эмоциональные проявления вместе с необходимостью проявлять свои эмоции и заинтересовывать ими; необходимо четко и аргументированно доносить до других свое мнение наравне с тем, чтобы удивлять и иногда неожиданно действовать.

Две нижеприведенные игры позволяют путем ролевого моделирования отработать навыки убеждающей коммуникации.

## 1.10. Коммуникативная игра «Козлятушки-ребятушки»

Игра требует организации особого пространства, чтобы игровая ситуация была максимально реалистичной и серьезной. Основной акцент игры делается не на сюжете и театрализации, а на том, как действуют участники.

Ведущий должен дать установку участникам отслеживать действия других, чтобы после дать полезную обратную связь.

Ведущий напоминает участникам группы старую сказку про волка и семерых козлят. Представьте себе, говорит ведущий, что мама-коза ушла. Козлята сидят дома. Кто-то стучится в дверь и утверждает, что он не волк, а мама-коза, папа-козел, дедушка, тетя или иной родственник несчастных козлят. Задача козлят, которые в нашем случае оказываются в роли своеобразных судей, проявить проницательность и в диалоге с претендентом на попадание к ним в дом понять, действительно ли этот неизвестный является тем, за кого себя выдает, или это «волк в овечьей шкуре».

Иначе говоря, из нескольких претендентов козлята должны выбрать тех, кто на самом деле получил роль мамы-Козы, папы-Козла, брата-Козлика, дяди-Козла и прочих некровожадных родственников. Распределение ролей. Группа делится на две части. Одни играют роль козлят-экспертов, другие — претендентов, пробуящих убедить экспертов в своей благонадежности. При этом часть претендентов имеют скрытые задания не забывать о том, что они волки и прочие опасные для козлят персонажи. Однако эти задания претендентам надо от козлят скрывать. Задача у любого претендента одна — убедить Козлятушек довериться им и пустить в дом. Претенденты могут сами выбирать себе скрытые роли. Обязательным является, чтобы каждый претендент сообщил остальным своим коллегам об избранном им образе. Такое публичное заявление делает скрытую роль более влияющей на ее исполнителя. Исполнители ролей Козлятушек также совещаются между собой, стремясь выработать способ принятия решений в предстоящей игре. Во время этого обсуждения у Козлятушек нередко появляются различные планы «выведения на чистую воду» конкретных претендентов.

Козлятушки располагаются полукругом, в центр которого выходят претенденты. Претенденту, для того чтобы убедить Козлятушек в своей благонадежности, предоставляется фиксированное время. Можно установить одно общее для всех претендентов время, например 1-2 минуты. Можно перед началом очередной попытки спрашивать претендента о том, сколько времени ему потребуется для убеждающего воздействия на Козлятушек.

Претендент может говорить и делать все, что угодно. Козлята также могут разговаривать с ним и между собой на любые темы. Придерживаться сказочного сюжета и ссылаться лишь на «принесенное молоко» совсем необязательно. Можно использовать любые житейские ситуации, актуальные для участников данной конкретной группы. По истечении заданного времени Козлятушки решают, пускать претендента в дом или нет. В любом случае претендент не раскрывает свою скрытую роль до окончания всего игрового тура, т.е. до того момента, пока последний из претендентов не завершит свою попытку.

Игру можно проводить, используя реальную дверь, за которую уходят все претенденты, а можно играть и с воображаемой дверью. В большинстве случаев для взрослой аудитории игра с воображаемой дверью оказывается более эмоционально насыщенной. Для подростков наоборот. С младшими школьниками проводить эту игру, наверное, не следует, поскольку обида от несправедливого недоверия оказывается непосильной для рефлексивных возможностей ребенка.

Второй тур игры проводится после обсуждения и обмена ролями.

### **Рефлексия:**

1. К проигравшим:

- Почему вы не добились успеха?
- Что было общего в ваших стратегиях?

2. К успешным:

- Почему удалось?

3. К козлятам:

- Что повлияло на выбор в большей или меньшей степени?

### **Ответственность**

Лидер должен уметь брать на себя ответственность, потому что он, ведя за собой группу, отвечает не только за себя, но и за каждого участника группы, и за реализацию того дела, которое выполняет группа. Ответственность — признак зрелой личности, поэтому этот блок является самым сложным в работе с лидерским потенциалом, но позволяет осознать, что быть лидером — это не только внимание, успех, престиж, но и кропотливый труд.

### **1.11. Упражнение «Слепой и поводырь»**

Упражнение, наряду с ответственностью, требует достаточно высокого уровня доверия, поэтому перед его началом необходимо создать доверительную атмосферу (см. соответствующий раздел). Упражнение должно проходить серьезно, участники должны чувствовать друг друга, в связи с этим предшествующим этапом вместе с упражнениями на доверие можно провести ряд упражнений на эмпатию и сенситивность.

Реквизит: для каждой пары — повязка на глаза.

Помещение должно быть очень просторным, можно даже задействовать все здание, если есть такая возможность. Участники разбиваются на пары. Один из них завязывает глаза.

В помещении расставляются несколько стульев — создается полоса препятствий.

«Поводырь» должен провести «слепого» так, чтобы он чувствовал себя легко и уверенно. «Поводырь» не имеет права говорить. Затем участники меняются ролями.

Упражнение вызывает достаточно сильные эмоции у участников, поэтому важно по его окончании дать возможность поделиться этими эмоциями, сначала друг с другом в парах, затем со всей группой, и только затем перейти к рациональному анализу происходящего.

Материалом для анализа являются ответы на следующие вопросы:

- Как вы чувствовали себя в роли «слепого», «поводыря»?
- Вел ли вас «поводырь» бережно и уверенно?
- Что вы делали, чтобы укрепить доверие своего партнера?
- В какой роли вы чувствовали себя лучше?

### **Лидер и его команда**

Упражнения этого блока способствуют развитию творческих и организаторских способностей подростков. Кроме того, они помогают в осознании основных идей и принципов деятельности лидера-организатора, выявлении уровня готовности к лидерству, способствуют его повышению, развивают навыки работы в группе, в команде.

В упражнениях участвует одна или несколько групп одновременно. Ведущий объясняет смысл задания, предлагает группе за 10 минут обсудить, как это задание выполнить. Во время обсуждения материалов касаться нельзя. Следующие 10 минут группа выполняет задание. Оно выполняется без слов.

Ведущий группы в процессе игры не вмешивается в происходящее. Он исполняет роль наблюдателя и анализирует поведение группы. По истечении положенного времени каждая группа представляет свою работу.

В заключение проходит анализ происшедшего в группе. Ведущий называет задание с предельной лаконичностью без дополнительных пояснений. По просьбе группы можно лишь повторить его.

Рефлексия:

- Что произошло в группе в момент работы?
- Как себя чувствовал каждый участник?
- Какую роль выполнял?
- Почему взял на себя данную роль?
- Была ли у него возможность высказаться, внести предложение?
- Всех ли выслушали в процессе подготовки?
- Встречались ли вы с подобными ситуациями в жизни? Что при этом чувствовали?
- Чему научились в процессе этого упражнения, какие выводы для себя сделали?

### **1.12. Упражнения на выработку оптимального взаимодействия.**

После выполнения каждого упражнения необходимо проводить промежуточный анализ, чтобы у участников была возможность, получив обратную связь, откорректировать свои действия на следующих этапах.

В какой последовательности будут выстроены задания не столь принципиально, важен процесс и результат анализа этого процесса.

### «Башня»

Группе выдается материал для строительства «башни»: бумага и скрепки или два набора соломки для коктейля и клейкая лента. Участникам необходимо построить башню из этого материала. «Башня» должна быть устойчивой.

### «Машина»

Машина «строится» из членов группы. Нужно построить любой действующий механизм. Группа представляет, что у них получилось, а потом обсуждает.

### «Рисование лидера»

Каждой группе выдается лист ватмана, маркеры и фломастеры. Результатом работы группы должен стать образ лидера и объяснение, почему он именно такой.

### «Слово».

Группа выстраивается в линию. Члены группы действуют поочередно. Необходимо написать слово, используя как можно больше спичек. На выполнение задания дается 10 минут.

## 2. «Школа лидерского успеха»

Ведущая идея занятий «Школы лидерского успеха» – создание комфортной среды педагогического общения, развитие лидерских качеств подростков.

Цель: выявление уровня готовности подростков к лидерству, развитие лидерских качеств, а также формирование состава актива корпусных коллективов

### Задачи:

- знакомство участников программы с теоретическими и практическими основами лидерства;
- органическое сочетание различных видов досуга детей с формами образовательной деятельности;
- развитие творческих способностей подростков;
- познание основных идей и принципов деятельности лидера;
- развитие навыков работы в группе, команде.

**Участники:** учащиеся старших классов – 9, 10, 11 (группы по 10-20 человек).

### Место проведения:

Хорошая погода - территория лагеря (игровые площадки).

Ненастная погода – спортивный зал, рекреации.

### **Ожидаемые результаты:**

Личностный рост участников.

Увеличение шансов каждого участника программы стать лидером в избранной им сфере деятельности.

Приобретение умений и навыков цивилизованного межличностного общения.

Приобретение навыков работы в коллективе, эффективного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Приобретение навыков осмысления проделанной работы, умения анализировать свои действия и действия коллектива.

Вовлечение в деятельность детских общественных объединений новых ребят из числа активных участников программы.

Приобретение знаний участниками проекта в различных сферах: психология, культура и др.

## **2.1. Диагностика интересов и возможностей подростков, посещающих «Школу лидерского успеха».**

### **Анкета организационного периода**

**ДОРОГОЙ ДРУГ!** Отвечать на вопросы анкеты несложно. Для этого нужно: внимательно прочитать сам вопрос, возможные ответы на него и выполнить рекомендации, которые даны в скобках после каждого вопроса.

**Итак, приступай!**

**1. Фамилия, имя, отряд** \_\_\_\_\_

---

**2. Являешься ли ты членом какой-либо детской или молодежной организации (подчеркни или обведи кружочком)?**

Я член ОО «БРПО» (пионер).

Я член ОО «БРСМ».

Я подал заявление на вступление в ряды \_\_\_\_\_.

Не являюсь, но хотел бы вступить в ряды \_\_\_\_\_.

Не являюсь.

**3. Чего больше ты ждешь от участия в работе «Школы лидерского успеха»? (выбери не более трех ответов и подчеркни):**

Выявить свои возможности, лучше узнать и понять себя.

Подружиться с ребятами, найти друзей.

Приобрести новые знания, умения в области своих интересов.

Научиться влиять на людей, самостоятельно организовывать различные дела.

Просто отдохнуть, весело провести время.

Научиться чему-либо новому.



**4. Мы предлагаем тебе выбрать направление деятельности и вид участия в работе лагеря (в графе «Знак выбора» поставь «+», соответствующий желаемым направлениям деятельности, после этого подчеркни одной чертой наиболее предпочитаемый вид участия в игровой деятельности).**

Направление деятельности	Знак выбора	Вид участия
Подвижные игры Интеллектуальные игры Творческие игры Игры со сцены Шоу-программы Изготовление реквизита Спортивные игры Допиши свое _____ _____ _____ _____		Самостоятельное выступление Выступление в группе Обучение кого-либо тому, что умею сам Консультация специалиста по тому направлению деятельности, которому хотел бы научиться Защита проекта, программы

**5. Что из перечисленного удастся тебе без особых затруднений (отметь или подчеркни не более 2-3-х вариантов):**

Познакомиться с новыми людьми, вступить с ними в разговор.

Найти интересное для себя дело без помощи других.

Организовать ребят для выполнения какого-либо дела, игры, занятия.

Справиться с возникающими в жизни сложностями.

Довести задуманное дело до конца.

Прийти другим на помощь в случае необходимости.

Отказаться от удовольствия, если это приносит вред моему здоровью и волнует моих родителей и близких.

Выступить с каким-либо предложением.

Самостоятельно решать вопрос, актуальный для класса, школы.

Бытовые умения по уходу за собой, вещами, приготовление пищи.

Рассказать о белорусской культуре.

Заниматься международной деятельностью (перепиской с ребятами с других стран).

Оказание помощи (медицинской).

Походные, туристические навыки.

Уход за животными и растениями.

Защита окружающей среды.

Читать что-то новое и рассказывать это товарищам.

Мастерить своими руками.

Судейство, спортивные навыки.

***Выступить в качестве:***

- Певца.
- Художника.
- Артиста сцены.
- Спортсмена.
- Написать статью, сочинение.

**6. Как ты относишься к спорту (обведи кружочком соответствующий ответ):**

Постоянно тренируюсь, участвую в соревнованиях (впиши виды спорта)\_\_\_\_\_

Занимаюсь на досуге, но постоянно тренируюсь (впиши виды спорта)\_\_\_\_\_

Спортом интересуюсь только как зритель, болельщик.

Спорт меня не увлекает.

**7. Как ты относишься к искусству (обведи кружочком соответствующий ответ):**

Посещаю (окончил) специальную школу, студию, кружок (впиши название)\_\_\_\_\_

Занимаюсь самостоятельно следующими видами искусства (впиши какими)\_\_\_\_\_

Искусство меня интересует только как зрителя, слушателя.

Искусство меня мало интересует.

**8. Твое самое любимое занятие \_\_\_\_\_**

**9. Отметь, пожалуйста, те качества, которые по твоему мнению очень важны для людей (не более 4 качеств):**

- |                          |                              |
|--------------------------|------------------------------|
| 1. Любознательность.     | 7. Трудолюбие.               |
| 2. Честность.            | 8. Инициативность.           |
| 3. Предприимчивость.     | 9. Справедливость.           |
| 4. Доброта.              | 10. Честолюбие.              |
| 5. Смелость.             | 11. Милосердие.              |
| 6. Дисциплинированность. | 12. Требовательность к себе. |

**10. О себе хочу дополнительно сообщить (если тебе есть, о чем рассказать, то сделай это):\_\_\_\_\_**

**Большое спасибо за участие и откровенность!  
Пришло твое время, непусти его!**

## **2.2. Занятие 1. «Знакомство. Выявление лидеров»**

Задачи: знакомство с подростками, выявление различных лидеров в группе; совместное определение перспектив деятельности.

Оборудование: мяч теннисный, ватман, маркер, листы, ручки по количеству участников.

### **Ход занятия**

#### **1. Знакомство (7-10 минут).**

«Мяч за три секунды» - на выявление лидера, знакомство, сплочение коллектива. Подростки становятся в круг, ведущий бросает мяч одному из них, называя предварительно имя. Каждый должен сделать так же, но при этом мяч должен побывать в руках у всех участников игры лишь однажды. Участник запоминает хотя бы два имени того, кто бросил, и того, кому передал мяч сам. Это был первый круг. Затем ведущий просит повторить последовательность движения мяча, но уже за две минуты. Если мяч падает, все начинается заново. Третья задача, которую необходимо выполнить коллективу: мяч должен пройти через все руки за три секунды. Здесь и выявляются лидеры, выводящие группу на правильное решение.

### **Рефлексия:**

- Что помогло быстро достичь результата?
- Что мешало быть эффективными?

#### **2. Работа над понятием «лидер»**

Выявление различных типов (видов) лидеров. Значимость каждого из них в работе коллектива и в жизни (15 минут).

#### **3. Написание эссе «Если бы меня слушали, я бы сказал...» (10 минут).**

### **Рефлексия**

Определение перспектив, планирование дальнейшей деятельности.

## **2.3. Занятие 2. Коллективная игра «Время выбрало нас»**

### **Порядок проведения игры**

#### **1 часть – организационная**

Приветствие.

Знакомство с правилами игры «Время выбрало нас».

Получение маршрутных листов.

Старт.

#### **2 часть – основная**

Работа игровых станций.

### **3 часть – заключительная**

Подведение итогов, рефлексия.

#### **Условия игры**

Каждая группа получает маршрутный лист – групповую карту следования по игровым станциям.

Команды, выполняя предлагаемые руководителями станций задания, получают оценку. Оценивается участие всех членов группы, оригинальность мышления, скорость выполнения задания, творческий подход, умение лидеров организовать работу в команде.

В ходе игры руководители станций по результатам выполнения заданий выделяют из каждой группы одного представителя, обладающего наиболее яркими лидерскими качествами. Выявленному лидеру руководитель дает краткую характеристику: два положительных качества, например, настойчивость в достижении цели, дружелюбие, и одно отрицательное, например, медлительность. Аналогично дает характеристику всей команде. Все данные руководитель станции фиксирует в своем блокноте.

По итогам выполненного задания в маршрутный лист руководителем станции заносится оценка в виде символов.

#### **Работа игровых станций**

Основной блок игры включает в себя работу 7 станций. Каждая станция делится на две части.

**Первая часть:** выполнение упражнения из “веревочного” курса.

**Цель:** создание и сплочение группы, повышение взаимного доверия и поддержки.

**“Веревочный” курс** – это серия специально подготовленных упражнений для малых групп, используемых в программах лидерской направленности. На примере увлекательных, но довольно сложных упражнений, коллектив учится решать общую задачу, вырабатывать тактику и стратегию ее решения. Участников “веревочного” курса просят рассматривать прохождение веревочного курса, как метафору жизненных ситуаций, и когда человек обнаруживает, что он может преодолеть себя, мобилизовав для этого всю свою энергию, то, в конечном счете, это позволяет ему выйти на новые рубежи в своей профессиональной и личной жизни.

**Вторая часть:** конкурсное задание.

**Цель:** выявление у участников игры творческих возможностей, интеллектуальных способностей.

Конкурсные задания – специально подобранные задания, выявляющие уровень знаний, умений и навыков участников в преодолении разных жизненных ситуаций, как в личной жизни, так и в профессиональном плане.

В конце игры начинает работу “Совет”, состоящий из руководителей игровых станций. На совете руководители игровых станций совещаются, формируют команду, выделяют одного лидера и объявляют об итогах игры.

## **Игровые станции**

### **Станция № 1**

#### **1-ая часть. “Здравствуйте!”.**

Все участники встают лицом в круг, плечом к плечу. Водящий идет по внешней стороне круга и задевает одного из играющих. Водящий и игрок, который задет, бегут в разные стороны по внешней стороне круга. Встретившись, они должны пожать друг другу руки, сказать “Здравствуйте!”, называть по очереди свое имя и обменяться комплиментами. Затем пытаются занять свободное место в кругу. Тот, кто остался без места становится водящим. Игра продолжается не более трех минут.

#### **2-ая часть. “Имидж лидера”**

Ребятам предлагается дать определение понятию “лидер” и создать образ лидера, что включает словесное описание личностных и профессиональных качеств, внешнего вида, стиля поведения, одежды, отличительных значков и т.д.

### **Станция № 2**

#### **1-ая часть. “Паутина”**

Вам потребуется веревка длиной 10-15метров, 2 стойки около 1,5метров. Между двумя стойками или деревьями натягивается веревка в виде ячеек. Команде предлагается переправиться сквозь паутину, не задевая нитей. В каждую ячейку может пройти не более 2-х человек. В общем, количество участников следует поделить на количество ячеек. Если хоть один игрок задел нить, вся команда начинает выполнять упражнение снова.

#### **2-ая часть. “Ринг ситуаций”**

Команде предлагается разделить на две группы. Первой группе дается задание придумать конфликтную ситуацию, а второй группе – разрешить ее. При этом нужно найти вариант сотрудничества с оппонентом, не обидев другую сторону, отстояв свою точку зрения.

### **Станция № 3**

#### **1-ая часть. “Ха!”**

Для этой игры необходима площадка, на которой все участники смогли расположиться лежа. Сначала укладывается один участник, затем другой ложиться головой ему на живот, третий головой на живот второму и так до тех пор, пока все не устроятся на полу. Первый участник произносит слово “Ха!”, второй – дважды, третий – три раза и так до последнего игрока. Главная задача – не ошибиться в количестве слов и не засмеяться. Если правила нарушены, игра повторяется до тех пор, пока последний игрок не произнесет нужное количество раз слово “Ха!”.

#### **2-ая часть. “Должны смеяться дети!”**

Участникам предлагается придумать и разыграть юмористическую миниатюру, вспомнив смешной случай (ситуацию) из жизни в лагере.

### **Станция № 4**

#### **1-ая часть. “Вавилонская башня”**

На уровне трех метров привязан лист бумаги, из которого нужно сделать оригами. Группе необходимо достать до него, не опираясь на то, к чему привязан лист, используя только друга в качестве “строительного материала”. Разговаривать во время упражнения запрещается.

#### **2-ая часть. “Калейдоскоп талантов”**

Предлагается каждому участнику и всем вместе продемонстрировать свои таланты в области танца, песни, декламации, пантомимы и т.д.

### **Станция № 5**

#### **1-ая часть. “Сидячий круг”**

Участники встают в круг, плотно прижимаясь друг к другу плечами. Затем ведущий просит ребят развернуться в одну сторону так, чтобы каждый участник увидел затылок впереди стоящего человека. Затем сделать шаг вовнутрь круга. Следующее задание – придумать фразу или вспомнить какую-нибудь песню и спеть. Но прежде, чем участники начнут петь или говорить фразу попросить всех на три счета присесть друг другу на колени и в таком положении пройти по кругу.

#### **2-ая часть. “Публичное выступление”**

Участникам предлагается выступить перед аудиторией с речью на одну из следующих тем: «Современный подросток и общество», «Счастливый человек – кто он?», «Я и мои друзья», «Портрет идеального лидера», «Будущее Беларуси».

## **Станция № 6**

### **1-ая часть. “Поиск”**

Всей группе завязывают глаза и предлагают найти ленту и сделать из нее равносторонний треугольник. Затем всем нужно взяться за ленту и снять повязки.

### **2-ая часть. “Мир, в котором я живу...”**

Подросткам предлагается выявить молодежные проблемы, которые существуют в школе, селе, районе, городе, Беларуси, постараться найти причины их возникновения и возможные пути их решения.

## **Станция №7**

### **1-ая часть. “Слепец и поводырь”**

Ребята произвольно разбиваются на пары. Одному из партнеров завязывают глаза (слепец), другой (поводырь) водит его, помогая избежать столкновения с другими парами, а так же помогает достичь того места, которого он пожелает. Меняются ролями. Затем выбирается из всей группы один поводырь, которому будет оказано доверие всей командой – водить слепых. Маршрут определяется руководителем станции. Когда идет парная игра – между собой пары сталкиваться не должны!

### **2-ая станция. “Бумеранг”**

Предлагается участникам выявить наиболее важную социальную проблему, существующую в обществе. Придумать и разработать акцию, которая поможет решить данную проблему. Например, одинокие пожилые люди, дети с ограниченными возможностями, подростки с девиантным поведением и т.д.

Помните, что работа одной станции длится до 10 минут, не более! Перед выполнением упражнения “веревочного” курса участникам дается время на выработку стратегии, не более 1 минуты. Во время работы станции участникам запрещается спорить с руководителем станции!

Рефлексия участников игры:

- Что понравилось?
- Что не понравилось?
- Чему научились на данном занятии?
- Чему хотели бы научиться?

## **2.4. Занятие 3. Игра-исследование «Особые психологические свойства»**

### **Порядок проведения занятия**

#### **1 часть – организационная.**

Приветствие.

Знакомство с правилами заполнения карточек.

Получение карточек.

Старт.

**2 часть – основная.**

Работа станций.

**3 часть – заключительная.**

Подведение итогов, рефлексия.

**Основной атрибут.**

Каждый участник получает карточку – лист формата А4, сложенный пополам – карту исследования «**Особые психологические свойства**». Левая часть карты – самонаблюдение, правая – наблюдение за кем-либо из группы. Причем, человек, за которым нужно наблюдать, не должен знать «своего наблюдателя».

**Инструкция:** Выполняя предлагаемые руководителями станций задания, сам оцени себя и поставь оценку «наблюдаемому». Требуется подойти к заполнению карты объективно. Помни – неправильных ответов здесь нет, они все правильные, просто разные!

Карта исследования «**Особые психологические свойства**».

	Я:		Наблюдаемый:
1	<b>Эгоцентризм</b> Эгоцентризм (неумение поставить себя на место другого) Децентрация (умение поставить себя на место другого)	1	<b>Эгоцентризм</b> Эгоцентризм (неумение поставить себя на место другого) Децентрация (умение поставить себя на место другого)
2	<b>Активность.</b> высокая (В) средняя (С) низкая (Н)	2	<b>Активность.</b> высокая (В) средняя (С) низкая (Н)
3	<b>Темп реакции</b> ускоренный темп (У) нормальный (Н) средний (С) замедленный (З)	3	<b>Темп реакции</b> Ускоренный темп (У) нормальный (Н) средний (С) замедленный (З)
4	<b>Пластичность</b> – легкость приспособления к новым условиям <b>Ригидность</b> – инертность,	4	<b>Пластичность</b> – легкость приспособления к новым условиям <b>Ригидность</b> – инертность,



	консерватизм		консерватизм
5	<b>Экстраверсия (Э) или интроверсия (И)</b>	5	<b>Экстраверсия (Э) или интроверсия (И)</b>
6	<i>Эмоциональная возбудимость</i> сверхвысокая — СВ повышенная — ПВ средняя — СР пониженная — ПН	6	<i>Эмоциональная возбудимость</i> сверхвысокая — СВ повышенная — ПВ средняя — СР пониженная — ПН
7	<i>Эстетические наклонности</i> 5 – сильно выраженные 4 - выраженные 3 – слабо выраженные 2 – очень слабо выраженные 1 – не выраженные совсем	7	<i>Эстетические наклонности</i> 5 – сильно выраженные 4 - выраженные 3 – слабо выраженные 2 – очень слабо выраженные 1 – не выраженные совсем
8	<i>Особые задатки и способности</i>	8	<i>Особые задатки и способности</i>

### **Работа игровых станций**

Основной блок игры включает в себя работу 8 станций.

Девиз: «Изучая себя – изучаем других».

#### ***Станция 1. Эгоцентризм***

Эгоцентризм (не путать с эгоизмом) — позиция ребенка, характеризующаяся фиксацией на себе и отсутствием ориентации на другого человека. Проявляется в неумении поставить себя на место другого, увидеть мир глазами другого. Классическая методика установления наличия эгоцентризма состоит в следующем. Ребенка сначала спрашивают, что он видит перед собой, что справа, что слева, а затем его просят рассказать, что видит впереди, справа, слева кто-то другой, стоящий в иной позиции. Ребенок, у которого еще имеется эгоцентризм, не может правильно ответить на эти вопросы.

Коррекция эгоцентризма — тренировка в ориентации относительно своего тела, затем относительно каких-то предметов, с разных точек в одном и том же помещении. Затем коллективная тренировка в ориентации с предварительным угадыванием, что видит другой. После такой тренировки у подростка обычно возникает децентрация — умение поставить себя на место другого.

### ***Станция 2. Активность***

Степень энергичности (активности) ученика на пути к цели (действия, поступки, преодоления препятствий - настойчивость). Устанавливается наблюдением за поведением. Фиксируются уровни активности, высокая (В), средняя (С) и низкая (Н).

### **Игра «Холодно-горячо»**

В различных местах комнаты разложены разные предметы. Участник вытягивает карточку с номером и выходит ненадолго за дверь (закрывает уши и не подслушивает). Ведущий оглашает список предметов, которые прилагаются этой карточке. Игрок должен найти все предметы (4-6 штук) по подсказке «холодно-горячо» и догадаться, кому они могут принадлежать.

#### **Пример содержимого карточек**

1. Кепка, шарф, увеличительное стекло, шифровка «Пляшущие человечки», курительная трубка. Ответ: Шерлок Холмс.
2. Расческа, носовой платок, компас, монеты, кораблик, бинт. Ответ: Гулливер.

### ***Станция 3. Темп реакции***

Скорость протекания психических процессов и реакций (движений, речи, мышления, запоминания и т.д.) Устанавливается наблюдением. В карте отмечается уровень: ускоренный темп (У), нормальный (Н), средний (С) и замедленный (З).

#### **Тест-игра «Четыре шага»**

Шаг первый: произнести скороговорку.

Шаг второй: найти десять отличий в картинках.

Шаг третий: повторить движения, игра «Зеркало».

Шаг четвертый: разгадать ребус.

### ***Станция 4. Пластичность или ригидность.***

**Пластичность** — легкость и гибкость приспособления к новым условиям и внешним воздействиям («Отлично! Так я еще не отдыхал», «Интересно будет попробовать отдохнуть таким способом!» «Замечательный отдых!» и т.д.)

**Ригидность** — инертность, косность поведения, привычек, суждений («На этом невозможно отдыхать!» «Кто придумал такой отдых?» и т.д.)  
Выраженная пластичность или ригидность устанавливается наблюдением

– следите за высказываниями наблюдаемого. Каких высказываний было больше? В карте отмечается доминирующее качество: пластичность (П) или ригидность (Р).

### **«Попробуй, отдохни»!**

В большом помещении расположены различные виды «мест для отдыха» (реквизит). Требуется пройти по всем местам, везде устроиться удобно и отдохнуть в течение 1-2 минут.

Реквизит:

- гимнастические скамейки;
- кресла;
- ковер;
- гамак;
- циновка;
- стулья;
- раскладные туристские табуреты и т.д.

### ***Станция 5. Экстраверсия (Э) или интроверсия (И)***

Экстраверсия — направленность подростка вовне, на окружающее, зависимость его реакций от внешних раздражителей; интроверсия — направленность ученика на себя, на свои собственные переживания и мысли, зависимость его реакций от возникающих у него образов, представлений, мыслей.

#### **История о вороне и павлине (Пезешкиан Х., 1993)**

В парке дворца на ветки апельсинового дерева опустилась черная ворона. По ухоженному газону шествовал павлин. Ворона прокаркала: «Как вообще можно позволять такой странной птице входить в парк. Она выступает так важно, что можно подумать — это сам султан, а при этом у нее невероятно некрасивые ноги. А ее перья, что за жуткий голубой цвет! Такой цвет я бы никогда не надела! Она тянет за собой свой шлейф, как будто она лиса». Ворона прекратила делать замечания и выжидающе замолчала.

Павлин некоторое время ничего не говорил, а затем, грустно улыбаясь, сказал: «Я думаю, твои слова не соответствуют действительности. То, что ты видишь во мне плохого, основывается на неправильном понимании. Ты говоришь, что я важничая, потому, что я прямо держу свою голову, так что перья на плечах топорщатся и на шее появляется второй подбородок. В действительности я совсем не важничая. Я знаю свои недостатки, и я

знаю, что мои ноги покрыты сморщенной кожей. Это меня сильно огорчает, поэтому я держу голову так высоко, чтобы не видеть своих ужасных ног. Ты видишь только мои недостатки. А на мои достоинства и мою красоту ты закрываешь поза. Ты не задумывалась над этим? То, что ты называешь ужасным, людям очень нравится во мне».

### **Обсуждение.**

В чем смысл этой притчи для каждого участника занятия? Какое толкование ей можно дать?

## ***Станция 6. Эмоциональная возбудимость***

### **«Слайд за слайдом»**

При помощи мультимедиа проектора ребятам демонстрируются различные слайды, на которых изображены различные эмоциональные проявления человека. Необходимо наблюдать за «эмоциональным реагированием» - проявлением эмоциональной отзывчивости или отсутствия таковой, а также скорость ее возникновения. В карте отмечается уровень выраженности: сверхвысокая — СВ, повышенная — ПВ, средняя — СР, пониженная — ПН.

## ***7. Эстетические наклонности***

### **«Арт-галерея»**

Подростками предлагается посетить импровизированную «Арт-галерею», рассмотреть предложенные экспонаты. На мольбертах размещаются репродукции известных художественных полотен, вывешиваются костюмы для театральных постановок, раскладываются афиши, диски с музыкальными записями, диски с кинофильмами. Отдельно следует разместить стеллаж с книгами. Также может присутствовать коллекционирование – альбомы с марками, значками, открытками. Также можно использовать фотоальбомы с пейзажной фотографией, изделия из глины и керамики, украшения из бисера и кожи, вышивки и т.д.

С помощью наблюдения устанавливается, имеет ли подросток эстетические наклонности или он равнодушен к любому виду искусства. При наличии эстетических наклонностей указывается их направленность: музыка, театр, кино, живопись, хореография, литература, поэзия, а также указывается степень выраженности в баллах.

5 – сильно выраженная

4 - выраженная

3 – слабо выраженная

2 – очень слабо выраженная

1 – не выраженная совсем.

### **Станция 8. Особые задатки и способности**

#### **Игровая ситуация «Вот я какой!»**

Каждый из участников демонстрирует любым приемлемым для себя способом выражение «Вот я какой!» Это может быть краткий рассказ о себе, музицирование, декламация, предъявление особых способностей («А вам слабо?») и т.д.

Особые задатки и способности устанавливаются наблюдением и фиксируются в карте. При их отсутствии делается прочерк.

**Подведение итогов.** В конце занятия подростки делят карту пополам. Левую часть оставляют у себя, правую сдают ведущему. Далее ведущий раздает адресные половинки карт (таким образом, соблюдаем конфиденциальность). Подросткам предлагается сравнить две половинки карты исследования. Одну, которую подросток заполнял сам, вторую, которую заполнял наблюдатель. Необходимо сделать собственные выводы и наметить пути улучшения.

#### **Рефлексия**

- Интересно ли тебе было сравнивать половинки карты?
- Есть ли совпадения в половинках карт и по каким признакам?
- Есть ли различия в половинках карт и по каким признакам?
- Как ты считаешь, на какие моменты тебе нужно обратить внимание?

### **2.5. Занятие 4. «Умение управлять и подчиняться»**

Задачи:

- работа с понятиями «умение управлять», «умение подчиняться», «организовывать»;
- развитие умения управлять и подчиняться; аналитических и коммуникативных качеств личности;

#### **Ход занятия**

Введение.

Лидеру для достижения успеха очень важно научиться выполнять даваемые ему инструкции и самому давать инструкции другим. Инструкции могут быть самыми различными: аудиальные, письменные, выполненные в виде рисунка и т.д.

### **Аудиальная инструкция**

По желанию подростки принимают участие в игре. Педагог (а затем и другие желающие подростки) дают четкие инструкции играющему: «Саша, подойди к столу, возьми любой карандаш и листок бумаги, напиши мне свое имя и отдай листок Оле. Вернись к нам в круг».

Необходимо давать не более 2 (3) – 6 (8) инструкций (в зависимости от возраста подростка). На выполнение упражнения дается 7-10 минут.

### **Рисунок по инструкции.**

Подростки разбиваются по желанию на пары. Каждый из них рисует домик (или любой другой предмет). Затем они показывают друг другу рисунки. Потом один закрывает глаза и рисует «чужой» домик, а другой участник пары руководит (управляет) рисованием, говоря, в какую сторону двигать карандаш.

Затем участники меняются местами. Важно, чтобы домики получились как можно близкими к оригиналу.

### **Рефлексия**

- Что труднее делать – давать точные инструкции или рисовать в соответствии с указаниями?

На выполнение упражнения дается 7-10 минут.

**Письменные инструкции.** У каждого подростка – лист с инструкцией, чистый лист и письменные принадлежности. Подросток внимательно читает инструкцию и выполняет ее.

На выполнение упражнения дается 7 минут.

Затем подростки разбиваются по парам. Каждый пишет подобную инструкцию, используя простые и точные формулировки. Обмениваются инструкциями и выполняют их.

На выполнение упражнения дается 5-7 минут.

### **Рефлексия**

- Чему научились в этой игре?
- Была ли твоя инструкция ясной и понятной? Почему?
- Что труднее: писать или выполнять инструкцию? Почему?

Вывод: умение управлять и подчиняться, организовывать деятельность других, ставить цель перед собой – качества, необходимые успешному лидеру.

## 2.6. Занятие 5. «Умение слушать и слышать»

Задачи:

- воспитание уважения к чужому мнению и труду;
- развитие коммуникативных качеств личности (общительность, дружелюбие, отзывчивость и т.д.), эмоционально-волевых качеств личности (самодисциплина, выдержка, умение владеть собой в разных ситуациях и т.д.);
- обучение основам конструктивного слушания.

**Ход занятия**

### **Вступительное слово.**

Для того чтобы научиться слушать другого, очень важно почувствовать каждому, насколько интересно слушать его самого, и понять, что ты чувствуешь, когда слушают тебя самого. Нужно уметь поддерживать беседу, а за неумением это делать часто скрывается отсутствие интереса к другому человеку, к его мнению. Я предлагаю вам игру.

### **1. Игра «Я тебя слушаю» (7-10 минут)**

Подростки делятся в произвольном порядке на пары. Сначала в течение двух минут один говорит на какую-то тему, второй его внимательно слушает. Затем повторяет все, что услышал, и показывает, как он понял своего собеседника. Потом меняются ролями.

В процессе рассказа собеседники могут обмениваться уточняющими вопросами для лучшего понимания друг друга.

Примерные темы для бесед.

- Когда я бываю одинок.
- Что меня тревожит.
- Как я завожу друзей.
- Что я делаю для группы.

**Рефлексия**

- Что помогает внимательно слушать?
- Кто хорошо тебя слушал?
- Как ты это понял?
- Что тебе нравится делать больше: слушать или говорить?
- Какая разница между словами «слушать» и «слышать»?

### **1. Упражнение «Поговорим?!» (7-10 минут)**

Подростки разбиваются в произвольном порядке по трое. Двое принимают активное участие в игре, а третий выступает в роли судьи – следит за правильностью выполнения задания.

**Рекомендации:** в роли судей могут быть те подростки, которые либо не захотели принимать участия в игре, либо выбраны заранее.

Сначала, в течение двух минут, один говорит на какую-то тему, второй его внимательно слушает. И обязательно задает ему вопросы, на которые нельзя ответить «да» или «нет». Ответы на вопросы необходимо давать подробные и развернутые. Затем подростки меняются местами.

Примерные темы для бесед.

- Что беспокоит меня в школе, лагере, обществе.
- Какие трудности возникают с родителями, друзьями.
- Каких качеств не хватает, чтобы стать лидером.

**Рефлексия.**

- Что помогает лучше понять человека?
- Легко ли задавать открытые вопросы?
- На какие вопросы легче отвечать: на «открытые» или «однозначные»?

## **2.7. Занятие 6. «Умение руководить»**

**Задачи:**

- развитие коммуникативных качеств личности (общительность, дружелюбие, отзывчивость и т.д.), эмоционально-волевых качеств (самодисциплина, выдержка, умение владеть собой в разных ситуациях и т.д.), аналитических качеств личности;
- работа с понятиями «инициативность», «активность», «умение организовывать» и «умение руководить», «лидер», «лидерство» и др.

**Ход занятия**

**Игра «Поезд» (7-10 минут)**

Помещение, где проводится игра, должно быть просторным. Но одновременно с этим в нем должно быть множество различных «преград» для достижения. Участники разбиваются на тройки и становятся поездом и вагонами, держа друг друга за талию. Все, кроме последнего вагона, закрывают глаза. Он «едет» и управляет движением паровоза, следя за тем, чтобы весь состав не врезался в препятствия. Делает он это, поворачивая за талию стоящего перед ним. Важно, что участник стоящий посередине, не проявляя своей инициативы, только передает «паровозу» указанное направление. А первый человек-«паровоз» следует за указанием среднего.



Необходимо каждому подростку дать возможность побывать во всех трех позициях.

### **Рефлексия.**

- Как вы себя чувствовали в каждой из позиций? Почему?
- В какой позиции вам было удобнее находиться? Почему?

Далее педагог выводит (если этого не случилось при анализе) подростков на обсуждение понятий «инициативность», «умение организовывать» и «умение руководить» как качеств и умений, присущих лидеру.

### **Вывод.**

Для лидера важно умение убеждать и высказывать свои требования. Что же для этого необходимо? Во-первых, самому быть уверенным в отстаиваемых позициях, во-вторых, попробовать себя в различных ролях: требовать и убеждать, но с уважением относиться к людям и дать себя убедить.

### **Игровая ситуация «Правда или ложь» (5-10 минут)**

Необходимо для игры три добровольца. Один из них становится кладоискателем. Ему завязывают глаза. Двое других на расстоянии кладут монетку и становятся злым и добрым ангелами. Добрый сообщает кладоискателю, куда необходимо двигаться, т.е. говорить правду. Злой – показывает кладоискателю ложное направление. Однако кладоискатель не знает, кто добрый, а кто злой.

### **Рефлексия.**

- Как определил ты, кто добрый, а кто злой?
- Как ты искал клад?
- Кому было легче поверить?

### **Вопросы к ангелам.**

- Что делал, чтобы перехитрить оппонента?
- Удалось ли тебе убедить, уговорить кладоискателя? Почему?

### **1. Упражнение «Сила убеждения» (7-10 минут)**

Подростки делятся на пары. В течение 2 минут диалога один участник пары старается убедить другого в чем-либо (пойти вместе куда-то, сделать что-то и т.д.). Затем они меняются ролями.

### **Рефлексия.**

- Удалось ли вам убедить партнера?
- Что помогло вам?
- Какие приемы вы использовали для получения положительного результата?

## 2.8. Занятие 7. «Лидер и власть»

### Задачи:

- работа с понятиями «власть», «лидерство», «умение организовывать» и «умение руководить», «лидер», «лидерство» и др.

Каждый человек входит в состав разных групп: в семье, на работе, учебе, во время развлечений и т. д. В каждой группе он может играть различные роли и иметь разный социальный статус. Обычно эти роли и статус определяются мнением членов группы в соответствии с их ожиданиями от данного человека. Ожидания группы, в свою очередь, формирует сам человек своим поведением, интеллектуальным развитием, материальным положением, авторитетом и т. д. При этом он редко берет на себя ту или иную роль добровольно. Обычно это суммарный результат воздействия факторов. Свои роли и статус во взрослой жизни человек часто отрабатывает в процессе детских игр, обучения в школе, взаимодействия со сверстниками.

О своем имеющемся или желаемом статусе в группе человек часто сам невербально информирует окружающих. Признаками доминирования являются расслабленное тело, свободно висящие руки, свободное движение бедер, упругая походка. Притязание на доминирование проявляется через прямую посадку, слегка откинутую назад голову, поднятый подбородок, опущенные уголки губ, выраженное погружение в свои мысли или презрение к окружающим. Подчиненность выражается через напряженность и закрепощенность тела, скованную походку, позвоночник обычно изогнут вперед, шея и голова опущены, часто можно наблюдать порывистые или излишние жесты. Мимика отражает желание соответствовать ожиданиям окружающих.

### **Власть и подчинение.**

В человеческом обществе выделяют пять типов власти:

1. Власть принуждения — через угрозы, ограничение свободы и телесные наказания. Сопровождается наблюдением и скрупулезным контролем.
2. Власть вознаграждения — ожидаемое поведение награждается, например, родителями, учителями, начальником.
3. Власть эксперта — через обладание информацией. Это власть политиков и прессы.
4. Власть авторитета — основана на уважении человека за его широкие и

глубокие знания, профессионализм, полезную деятельность или поступки на благо общества.

2. Власть закона — формируется и поддерживается на основе других форм власти.

### ***Символом власти является лидер***

В человеческом обществе выделяют два типа лидеров:

- функциональный - сосредоточенный на выполнении поставленных задач;
- аффективный или эмоциональный — часто горячо любимый или наводящий страх на большинство членов группы. Он обычно сосредоточен на регулировке взаимоотношений между членами группы и управлении их статусом.

### **Группа ожидает от лидера:**

- 1) удовлетворения жизненных, биологических потребностей большинства идущих за лидером;
- 2) обеспечения потребности в безопасности;
- 3) создания из группы единого организма, ощущение каждым себя частью этого организма;
- 4) координации деятельности и активности членов группы, их само реализации;
- 5) создания уверенности в правильности выбранного пути, веры в успешное и счастливое будущее.

Лидер и власть обычно видят угрозу для себя от тех, кто уклоняется от общепринятых или узаконенных норм и правил. Власть, как правило, оказывает на этих членов группы давление с целью, чтобы отклоняющийся в мыслях, речах, поведении в конкретной деятельности стал как все. Давление может быть в виде насмешек, замечаний, осуждения, изгнания из группы, изоляции, угрозы, в том числе и угрозы жизни.

Человек может сопротивляться давлению лидера, если он стрессоустойчив, верит в себя, терпим, обладает умом и творческими способностями. Вместе с тем конфликт с окружающими часто приводит к психосоматическим заболеваниям.

Принятие без критического осмысления общепринятых норм, правил, навязываемых другими людьми, называется конформизмом. Конформный человек всегда придерживается правила, чтобы его мысли, действия, жизненные ценности совпадали с мыслями и ценностями окружающих. При этом возникает конфликт с самим собой.

Неудовлетворение собственных потребностей в угоду другим ведет к психосоматическим заболеваниям.

Таким образом, здоровый образ жизни в данном контексте — это оптимальное сочетание удовлетворения своих потребностей и ожиданий других.

### **Упражнение «Кораблекрушение»**

**Цель:** выработка навыков принятия индивидуальных и групповых решений, выявление лидеров, а также участников, не согласных с мнением группы.

При взаимодействии людей в сложных условиях совместной деятельности возникает необходимость перейти от индивидуального мышления к групповому. Сравнение результатов группового и индивидуального мышления не всегда бывает в пользу группового, хотя, казалось бы, увеличение количества умственных усилий должно привести к соответствующему повышению результативности. Имеющиеся экспериментальные результаты показали, что разные формы интеллектуальной деятельности, особенно сложной, ухудшаются даже в случаях простого присутствия других людей. Очевидно, начинают действовать социально-психологические законы типа конформизма, адаптации к принятым в группе эталонам, уменьшения индивидуального вклада каждого в общий результат при увеличении численности группы (закон Рильгенмана).

Однако коллективные умственные действия — это реальность, и при свободном обсуждении результатов, при отсутствии страха наказания и напряженности, при равноправном положении всех участников дискуссии возможно не только повышение групповых результатов по сравнению с индивидуальными (вспомните русскую пословицу «Ум хорошо, а два — лучше»), но и формирование новых гипотез и принципов решения различных задач. Метод «мозгового штурма» основан на соблюдении именно этих условий, и он активно используется в современных бизнес-технологиях.

В предлагаемой игре «Кораблекрушение» участники должны оценить преимущества индивидуального или группового мышления при решении одной и той же задачи, проанализировать собственное поведение, например, степень активности при отстаивании своей точки зрения, эмоциональные реакции, скорость решения.

## **Инструкция.**

Вы дрейфуете на яхте в южной части Тихого океана. Ваша яхта начинает медленно тонуть, а местонахождение ее неясно из-за поломки основных навигационных приборов. Надо как можно скорее перебраться на спасательный надувной плот и захватить с собой необходимые для дальнейшего плавания предметы с яхты. Ниже дан список из 15 предметов, которые остались целыми и неповрежденными после пожара. Имущество пассажиров и команд составляют мелочи, оставшиеся в карманах: несколько коробков спичек, пачка сигарет, немного денег. Ваша задача — проклассифицировать 15 нижеперечисленных предметов в соответствии с их значением для выживания. Поставьте цифру «1» у самого важного предмета, цифру «2» — у второго по значению и т. д. Проведите эту операцию дважды: индивидуально и в групповом варианте (желательно размер группы ограничить 4-5 участниками).

### **Перечень предметов.**

1. Секстант.
2. Зеркало для бритвы.
3. Пятилитровая канистра с водой.
4. Противомоскитная сетка.
5. Одна коробка с армейским рационом.
6. Карты Тихого океана.
7. Надувная подушка (плавательное средство).
8. Двухлитровая канистра нефтегазовой смеси.
9. Маленький транзисторный приемник.
10. Репеллент, отпугивающий акул.
11. 20метров непрозрачного пластика.
12. Одна бутылка рома крепостью 80 градусов.
13. 15метров нейлонового каната.
14. Две коробки шоколада.
15. Рыболовная снасть.

### **Желательные правила работы в группе.**

1. Избегайте защищать свои суждения только потому, что они ваши. Попробуйте понять логику других.
2. Избегайте менять свое мнение только ради достижения согласия. Конфликт — один из общепринятых методов достижения цели.
3. Поддерживайте только те решения, с которыми вы можете согласиться хотя бы частично.
4. Избегайте такого метода принятия решения, как голосование.

Предпочтительнее достижение согласия путем компромисса.

5. Рассматривайте различные мнения как помощь, а не помеху в принятии решений.

В результате каждый участник составляет два списка нужных предметов: индивидуальный и групповой. При сравнении этих списков с правильными контрольными ответами каждый испытуемый определяет степень своих ошибочных действий. Для этого подсчитывается разница между номером предмета в индивидуальном или групповом списке и номером контрольного списка. Чем больше разница, тем больше цена ошибки. Например, если испытуемый ставит для карт Тихого океана цифру «5», считая их достаточно необходимыми, а в контрольном списке они стоят на цифре «13», цена ошибки составляет  $13 - 5 = 8$  баллов. Подсчитывается также общая сумма баллов по обоим спискам. Если сумма оказывается больше 60 баллов, испытуемым угрожает неудачное плавание.

Время игры может быть ограничено. Решение группы озвучивает один участник по поручению группы. Затем остальные могут высказать особое мнение.

### **Ответы к упражнению «Кораблекрушение»**

1. Зеркало для бритвы, так как оно необходимо для сигнализации днем (солнечные зайчики).
2. Двухлитровая канистра нефтегазовой смеси, которую можно зажечь и привлечь внимание в ночное время суток.
3. Пятилитровая канистра с водой — для утоления жажды.
4. Одна коробка с армейским рационом.
5. 20метров непрозрачного пластика — используется для сбора дождевой воды и обеспечивает защиту от стихии.
6. Две коробки шоколада.
7. Рыболовная снасть — на всякий случай, вероятность улова съедобной рыбы не стопроцентная.
8. 15метров нейлонового каната — используется для связывания снаряжения.
9. Надувная подушка — в качестве спасательного круга.
10. Репеллент, отпугивающий акул.
11. Бутылка рома — в качестве антисептика.
12. Маленький транзисторный приемник — для прослушивания передач.
13. Карты Тихого океана — без навигационных приборов в них не разобраться.

14. Противомоскитная сетка — в океане нет moskitov.

15. Секстант — он бесполезен без других приборов.

### **Обсуждение.**

Что помогло достижению согласия?

Что мешало достижению согласия?

Обсуждение должно проводиться в отсутствие возможных взаимных претензий и обвинений.

## **3. Психологические тесты для лидера коллектива.**

### **3.1. Тест. Умеете ли вы влиять на других?**

Основа основ в руководстве коллективом — умение влиять на окружающих. Но есть ли у вас такая способность, можете ли вы повести людей за собой или вам надо тщательно развивать эту черту характера? Помочь в поисках ответа на этот вопрос призван приводимый ниже тест. Отвечать на вопросы теста можно либо «да», либо «нет».

### **Вопросы**

1. Способны ли вы представить себя в роли актера или политического деятеля?
2. Раздражают ли вас люди, одевающиеся и ведущие себя экстравагантно?
3. Способны ли вы разговаривать с другим человеком на тему своих личных переживаний?
4. Немедленно ли вы реагируете, когда замечаете малейшие признаки неуважительного отношения к своей особе?
5. Портится ли у вас настроение, когда кто-то добивается успеха в той области, которую вы считаете для себя самой важной?
6. Любите ли вы делать что-то очень трудное, чтобы продемонстрировать окружающим свои незаурядные возможности?
7. Могли бы вы пожертвовать всем, чтобы добиться в своем деле выдающегося результата?
8. Стремитесь ли вы к тому, чтобы круг ваших друзей был неизменен?
9. Любите ли вы вести размеренный образ жизни со строгим распорядком всех дел и даже развлечений?
10. Любите ли вы менять обстановку у себя дома или переставлять мебель?
11. Любите ли вы пробовать новые способы решения старых задач?
12. Любите ли вы дразнить слишком самоуверенных и заносчивых людей?

13. Любите ли вы доказывать, что ваш начальник или кто-то, весьма авторитетный, в чем-то не прав?

### **Обработка результатов**

За каждое совпадение ваших ответов с ключом запишите себе по 5 баллов.

### **Ключ**

Ответ «да» — вопросы 1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13; ответ «нет» — вопросы 2, 8, 9.

### **Консультация психолога**

**От 35 до 65 баллов.** Вы человек, который обладает великолепными предпосылками, чтобы эффективно влиять на других, менять их модели поведения, учить, управлять, наставлять на путь истинный.

В подобного рода ситуациях вы обычно чувствуете себя как рыба в воде. Вы убеждены, что человек не должен замыкаться в себе, избегать людей, держаться на обочине и думать только о себе. Он должен делать что-то для других, руководить ими, указывать на допущенные ошибки, учить их, чтобы они лучше чувствовали себя в окружающей действительности. Тех же, кому не нравится такой идеал отношений, по вашему мнению, не следует щадить. Вы наделены даром убеждать окружающих в своей правоте. Однако вам надо быть очень осторожным, чтобы ваша позиция не стала чрезмерно агрессивной. В том случае вы легко можете превратиться в фанатика или тирана.

**30 и меньше баллов.** Увы, хотя вы часто бываете правы, убедить в этом окружающих вам удастся далеко не всегда. Вы считаете, что ваша жизнь и жизнь окружающих должны быть подчинены строгой дисциплине, здравому рассудку и хорошим манерам и ход ее должен быть вполне предсказуемым. Вы не любите ничего делать через силу. При этом вы часто бываете слишком сдержанны, не достигая из-за этого желанной цели, а часто оказываясь и неправильно понятым. А жаль.

### **3.2. Тест. Пробивная сила**

Мы часто пользуемся этим определением. Иногда с уважением, ведь именно эта «пробивная сила» позволяет людям легче реализовывать их планы, намерения либо идеи, быстрее достигать цели, к которой стремятся. Хуже, конечно, если этой целью является желание скорее получить много денег, льгот, продвижение по службе, не опирающееся на способности, знания, солидные результаты своей работы.

Мы часто ошибаемся, оценивая себя: эгоист думает, что он альтруист; человек со «стальными» нервами считает себя деликатным, нежным, как



мимоза. Как вы думаете, обладаете ли вы «пробивной силой»? Может быть, вы себя недооцениваете или переоцениваете в этом смысле?

Из трех ответов — «а», «б», «в» — выберите тот, который соответствует вашему одобрению или осуждению.

### Вопросы

1. Пофантазируйте. Что это:



а) огни поезда, который как раз от вас ушел;

б) маска с отверстием для глаз;

в) глаза, которые видят в темноте.

2. Если бы вы могли работать в авиации, кем бы вы хотели быть:

а) стюардом на борту;

б) пилотом пассажирского самолета;

в) диспетчером на аэродроме, поддерживающим связь с самолетами в воздухе.

3. Представьте себе, что вам предложили сделать проект интерьера конторы или цеха так, чтобы там было приятно и хорошо работать. По вашему мнению, какой цвет должен преобладать в таком помещении:

а) светло-голубой, бледно-зеленый, розовый;

б) красный или желтый;

в) темно-зеленый, синий.

4. Что больше всего необходимо, чтобы двинуться в одиночестве на штурм вершины Нангапарбат в Гималаях:

а) немного сумасшествия;

б) отличная физическая форма;

в) уверенность в себе.

5. Идете в театр на спектакль, который очень хотите увидеть. Оказывается, что билетов в кассе уже нет. Что вы делаете:

а) злитесь, что не купили билетов раньше;

б) пробуете войти как-то без билета, на это есть способы;

в) смеетесь в душе над отходящими от кассы, вы уже давно купили билеты во время предварительной продажи.

б. Звонок, вы открываете дверь, перед вами стоит неряшливо одетый мужчина, с застенчивой улыбкой просит вас помочь: он как раз вышел из больницы и просит одолжить ему немного, так как у него нет денег на билет домой. Что вы делаете:

а) вы не умеете отказать в таких случаях, может быть, ему действительно нужна помощь;

б) захлопываете дверь перед носом мужчины, говоря, что вы думаете о таких обманщиках и вымогателях;

в) если показал бы выписку из больницы, можно, и дали бы пару рублей.

### **Ключ. Обработка результатов.**

Если у вас **преобладают ответы «а»**, поговорка «скромность украшает человека» вам кажется жизненным девизом. Однако эта поговорка не всегда соответствует действительности. Вы не любите лезть вперед ни в прямом смысле, например, энергично протискиваться через толпу, ни в переносном. Почти в каждой ситуации вы отдаете первенство другим, не любите обращать на себя внимание. Любите тихо сидеть в уголке, только иногда вам грустно от того, что не очень-то вас там замечают. В общем, вас любят за любезность, бескорыстие, скромность. Но не все это ценят, многие в вас видят человека, которого легко использовать, или недотепу, кем на самом деле вы не являетесь.

Если у вас **преобладают ответы «б»**, может, вы сами не отдаете себе в этом отчета, но вы относитесь к числу людей, которые идут по жизни, распихивая всех локтями. Пробивной силы вам хватает — возможно, вы используете ее для целей, достойных похвалы. Вы любите блистать, обращать на себя внимание. Других вы судите строго, себя... Ну, это по-всякому бывает. Вам нравятся сила, смекалка и ум, шокируют сентиментальность, чрезмерная мягкость, уступчивость. Так, обычно вы достигаете того, что наметили, но всегда ли эти победы приносят вам симпатии и уважение? Люди, похожие на вас, несмотря на успехи, в действительности часто бывают одиноки.

Если у вас **преобладают ответы «в»**, у вас достаточно пробивной силы, но одновременно вы являетесь прирожденным дипломатом и умеете контролировать свои поступки. Вы знаете, что «локти» — не всегда лучшее средство, как и «хождение по трупам». Вы никогда не ставите перед собой чрезмерных заданий, идете к цели спокойно, но последовательно. Вам хватает уверенности в себе и чувства превосходства над другими, но вы стараетесь не демонстрировать этого слишком открыто. Вы умеете многое сделать, многого добиться, но знаете, что

«головой стену не прошибешь» и что иногда лучше отказаться от чего-то, чтобы позднее выиграть.

Если — что иногда случается — у вас **одинаковое число ответов**, обозначенных соответствующими буквами, то это означает, что вы смешанный тип, в котором не доминирует ни одна позиция — они изменяются в зависимости от дня, настроения, обстоятельств,— т.е. вы человек с очень неровным характером.

### **3.3. Тест. Решительны ли вы?**

Это немаловажный вопрос. Нерешительность приводит порой к весьма серьезным проблемам. Итак, решительны ли вы?

Из предложенных вариантов ответов — «а», «б», «в», «г», «д», «е» — выберите один.

#### **Вопросы**

1. Что, по-вашему, движет человеком в жизни прежде всего:

- а) любопытство;
- б) желания;
- в) необходимость.

2. Как вы думаете, почему люди переходят с одной работы на другую:

- г) их увольняют;
- д) уходят из-за большей зарплаты;
- е) другая работа им больше по душе.

3. Когда у вас происходят неприятности:

- а) вы откладываете их решение до последнего;
- б) у вас есть потребность проанализировать, насколько виноваты вы сами;
- в) вы не хотите даже и думать о том, что случилось.

4. Вы не успели вовремя сделать какую-то работу и:

- г) с боязнью ждете, когда вас спросят о результатах;
- д) вы основательно подготавливаете к объяснению;
- е) заявляете о своей неудаче еще до того, как это станет известно.

5. Когда вы достигаете какой-то поставленной цели, то встречаете известие об этом:

- а) по-разному, в зависимости от цели, но не так бурно;
- б) с бурными положительными эмоциями;
- в) с чувством облегчения.

6. Что бы вы рекомендовали очень стеснительному человеку:

- г) избегать ситуаций, требующих риска;
- д) познакомиться с людьми другого склада, не страдающими

застенчивостью;

е) избавиться от этого, обратившись к помощи психолога.

7. Как вы поступите в конфликтной ситуации:

а) напишу письмо;

б) поговорю с тем, с кем вступил в конфликт;

в) попробую разрешить конфликт через посредника.

8. Какого рода страх возникает у вас, когда вы ошибаетесь:

г) боязнь наказания;

д) страх того, что ошибка может изменить тот порядок, к которому вы привыкли;

е) боязнь потерять престиж.

9. Когда вы с кем-то разговариваете, то:

а) время от времени отводите взгляд;

б) смотрите прямо в глаза собеседнику;

в) отводите взгляд, даже когда к вам обращаются.

10. Когда вы ведете важный разговор, то:

г) вы повторяетесь, волнуетесь, ваш голос начинает вас подводить;

д) вы то и дело вставляете ничего не значащие слова;

е) тон разговора обычно остается спокойным.

#### **Ключ. Обработка результатов.**

Если почти все ваши ответы состоят из вариантов «а» и «д», то вы не особенно решительный человек, но вас нельзя назвать и нерешительным. Вы действуете не всегда достаточно активно и быстро, но только потому, что считаете: дело того не стоит. Вам нравятся отважные люди. Но часто вы оправдываете и нерешительных, считая, что их действия — результат не страха, а осмотрительности и осторожности. Когда вы читаете книги, смотрите фильмы о смелых, отчаянных людях, то часто хотели бы быть на их месте.

Если вы выбрали главным образом варианты «б», «е», то вы, безусловно, решительный человек. Вы слишком часто пренебрегаете вещами, которые считаете мелкими, незначительными. Но, несмотря на это, вас ценят как самостоятельную и интересную личность. Если у вас есть еще и чувство ответственности, то вам часто поручают сложные задания, но в этом случае в вашей группе должны быть люди другого типа, которые бы уравновешивали вашу слишком большую активность... Не нужно ли вам все же лучше продумывать решения, которые вы принимаете?

Если все ваши ответы относятся к вариантам «в», «г», то вы боитесь не только принимать решения, но даже обдумывать их, страшаетесь

приближающихся событий... Ваше психологическое состояние нельзя назвать стабильным, благополучным. Часто вы, скорее, ожидаете критики ваших действий, чем похвалы...

Есть ли у вас **другие варианты** ответов? **Если нет**, то у вас есть проблемы не только с самим собой, но и с окружающими.

### **3.4. Тест. Достаточно ли вы активны?**

Большинство из нас в состоянии оценить степень активности и проявлять ее в соответствии с собственной оценкой. В то же время есть много людей, которых природа наделила большой жизненной активностью, но они не реализуют ее и даже не знают о ее существовании. Ответьте на вопросы этого теста — и вы подтвердите свое мнение о себе либо откроете что-то новое.

На вопросы 1, 2, 6-13 можно отвечать «да» или «нет», а вопросы 3, 4, 5 требуют от вас выбора одного из имеющихся вариантов ответа.

#### **Вопросы:**

1. Убеждены ли вы в позитивном значении «школы жизни» для развития человека и для достижения определенных позиций в обществе?

2. Хорошо ли вы себя чувствуете в атмосфере борьбы, соревнования, достижения замыслов?

3. Какую из функций современных политических лидеров вы считаете наиболее важной:

а) реализация практических задач;

б) деятельность, направленная на защиту человеческого достоинства и прав сограждан.

4. Наша деятельность должна быть регламентирована:

а) религиозными положениями;

б) идеями прекрасного;

в) материальными соображениями;

г) всеобщим благосостоянием.

5. Выбирая себе друга, вы бы выбрали:

а) человека предприимчивого, работающего, наделенного практическим умом;

б) человека думающего, мечтательного, оторванного от действительности;

в) человека со способностями руководителя и организатора.

6. Достаточно ли бывает у вас энергии, чтобы преодолеть встречающиеся на пути трудности?

7. Считаете ли вы, что мы можем радоваться жизни в такое активное время?
8. Любите ли вы смотреть на огонь?
9. Родились ли вы под одним из названных знаков зодиака: Овен, Лев, Стрелец?
10. Легко ли вы переносите отказ, даже если знаете, что вашу просьбу выполнить невозможно?
11. Разговорчивы ли вы?
12. Живете ли вы по принципу, что каждая дорога ведет к цели?
13. Любите ли вы действия, требующие быстроты?

### **Обработка результатов**

Сопоставьте свои ответы с ключом и за каждое совпадение с ним запишите себе по 5 баллов.

#### **Ключ.**

Вариант ответа «а» — вопрос 3;

вариант ответа «б» — вопрос 5;

вариант ответа «г» — вопрос 4; |

ответ «да» — вопросы 1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13.

#### **Консультация психолога.**

Если вы получили **от 45 до 65 баллов**, то вы отличаетесь веселым характером, легко и в согласии живете с людьми. У вас есть определенные черты характера руководителя. Вы энергичны и деятельны. Не очень хорошо переносите зависимость от других людей (например, начальников). Вы склонны считать, что все, что вы знаете в жизни,— это результат ваших собственных изысканий, ибо вы в состоянии эффективно работать и свои взгляды распространять на окружающих. Вы превосходите окружающих энергичностью и быстротой принятия решений, умеете брать на себя ответственность. В своем окружении вы желаемы и любимы, и, прежде всего, за свою динамичность и необычайную активность.

Если вы получили **от 0 до 40 баллов**, то ваша энергия не является, к сожалению, наиболее сильным вашим качеством. Вы быстро устаете, неохотно берете на себя ответственность. Свое мнение держите, скорее, при себе. Слишком много в вас равнодушия и осторожности в отношениях с окружающими. Вы с большим трудом принимаете решения. Ваша энергия, а также способность к действиям зависят от вашего воображения и не всегда обоснованного страха. Попробуйте открыться!

### 3.5. Тест. Умеете ли вы контролировать себя?

Выберите «да», если вы согласны с утверждением, или «нет», если не согласны.

1. Мне кажется трудным подражать другим людям.
2. Я бы, пожалуй, мог при случае свалить дурака, чтобы привлечь внимание или позабавить окружающих.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле.
5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания.
6. В различных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.
7. Я могу отстаивать только то, в чем искренне убежден.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают увидеть.
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых не выношу.
10. Я всегда такой, каким кажусь.

#### Ключ.

Начислите себе по одному баллу за ответ «нет» на 1-й, 5-й и 7-й вопросы и за ответ «да» на все остальные. Подсчитайте сумму баллов. Если вы отвечали искренне, то о вас, по-видимому, можно сказать следующее.

**0-3 балла** — у вас низкий коммуникативный контроль. Ваше поведение устойчиво, и вы не считаете нужным его изменять в зависимости от ситуации. Вы способны к искреннему самораскрытию в общении. Некоторые считают вас «неудобным» в общении по причине вашей прямолинейности.

**4-6 баллов** — у вас средний коммуникативный контроль. Вы искренни, но сдержанны в своих эмоциональных проявлениях. Вам следует больше считаться в своем поведении с окружающими людьми.

**7-10 баллов** — у вас высокий коммуникативный контроль. Вы легко входите в любую роль, гибко реагируете на изменения ситуации и даже в состоянии предвидеть впечатление, которое вы произведете на окружающих.

### 3.6. Тест. Каков уровень вашей самооценки?

Подумайте над предлагаемыми ниже утверждениями, указав в четырехбалльной системе свое отношение к ним. При этом баллы должны означать следующее:

Я думаю об этом: очень часто — 4 балла; часто — 3 балла; иногда — 2 балла; редко — 1 балл; никогда — 0 баллов.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу.
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступить с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще.
14. Я слишком скромна (скромно).
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня очень многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто волнуюсь понапрасну.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
26. Я чувствую себя скованным (скованной)
27. Я уверен (а) что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен (общительна).
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен(а) в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждет от меня общественность.

**Если вы набрали от 0 до 25 баллов, то это означает, что вы в основном уверены в своих действиях;**



**от 26 до 45** — средний уровень самооценки;

**от 46 и выше** — низкий уровень самооценки (переживание по поводу критических замечаний в свой адрес, сомнение в правильности своих действий).

## Литература

1. Вахромов Е.Е. Проблема человека: самость и Я в психологии //Мир психологии, 2002. №2
2. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия/Под. ред. Е.А. Левановой – СПб.:Питер, 2006
3. Кунигель Т.В. Тренинг «Активизация внутренних ресурсов подростка». – СПб.: Издательство «Речь», 2006.
4. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
5. Личность и коллектив. – Мн.: Изд. ООО «Красико-Принт», 2004
6. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка: программа практических занятий. Методическое пособие. – СПб.: Издательство «Речь», 2005
7. Познай себя (30 популярных тестов)/Сост. М.И.Белый. – М.:Экономика, 1992.
8. Щебетенко А.И. Психологические тесты для лидера коллектива. – М., ТЦ Сфера, 2005.