Курс тренінгових занять

з обдарованими дітьми

практичний психолог

ТСШ № 7

Чекалюк Людмила Іванівна

**Мета:** розвивати у підлітків необхідні вміння й навички креативності; формувати навички для успішної взаємодії між людьми; стимулювати учасників тренінгу до розвитку лідерських якостей.

**Кількість занять.** Від 1 до 5-ти та більше.

**Вікова категорія.** Підлітки.

**Оптимальна кількість учнів.** 10- 15 осіб.

**Обладнання.** Аркуші паперу А1, А3, А4; різнокольоровий клейкий папір; м’яка іграшка, ручки, фломастери, маркери, скотч, папки, файли, беджі, комп’ютер, диски із записами.

**Тематика тренінгових занять.**

1. Креативність – у мисленні, почуттях, спілкуванні.
2. Художні здібності особистості.
3. Основа внутрішнього світу людини.
4. Самопрезентація як розвиток творчих здібностей.
5. Розвиток лідерських якостей.

**Заняття № 1. Креативність – у мисленні, почуттях, спілкуванні**.

**Мета.** Формувати в учасників навички групової взаємодії; розвивати необхідні вміння й навички креативності.

**Хід заняття.**

**Вступне слово психолога.**

Презентація теми заняття.

**Вправа «Знайомство».**

 **Мета.** Підготувати учасників до роботи, створити комфортну атмосферу, гарний настрій, зосередити учасників на спільній роботі.

 **Хід виконання.**

Учасники тренінгу сідають у коло. На беджах пишуть своє ім’я. потім психолог просить учасників тренінгу по черзі назвати своє ім’я та рису характеру, яка починається на першу літеру імені, не повторюючи вже названої риси.

*Рефлексія.*

* Що ви відчували?
* Чи запам’ятали ви імена учасників тренінгу?
* Скільки імен ви запам’ятали?

**Вправа «Вироблення правил роботи».**

**Мета.** Прийняти правила роботи групи.

**Хід виконання.**

Учасники складають та приймають правила роботи для цієї групи на час роботи у цьому тренінгу і намагаються їх дотримуватися.

 **Орієнтовні правила роботи групи.**

* Приходити вчасно.
* Конфіденційність.
* Активність.
* Пояснення правил роботи у групі.
* Говорити від власного імені.
* Мобільні на «вібро».
* Спілкування за принципом «тут і тепер».
* Бути лаконічним у висловлюванні.
* Оцінювати факти, а не людину.
* Не перебивати одне одного.
* Толерантність.
* Чесність та щирість.
* Відповідальність за свої слова та вчинки.
* Поважати думку іншого.

 Вправа-очікування «Зебра».

Мета. Визначити очікування учасників групи.

Хід виконання.

Психолог роздає учасникам стікери і пропонує записати, чого вони очікують від заняття, а потім наклеїти їх на плакат із зображенням спектра кольорів.

 Вправа за принципом *«*брейнстормінгу»

 «Що таке креативність?»

Мета. Актуалізувати для учасників зміст теми, надати визначення креативності.

Обладнання: фліп – чарт блокнот А3, маркер.

Психолог просить відповісти на питання: «Що таке креативність?»

Психолог записує на фліп-чарті всі думки, висловлені про те, що вони розуміють під терміном «креативність». Потім тренер зауважує різноманітність і важливість усього сказаного учасниками, і вони разом формулюють визначення поняття «креативність». Після цього тренер зачитує наукове визначення.

***Креативність*** *(від лат,* creatio *— творення) – творчий дух, творчий потенціал індивіда, його творчі здібності, що виявляються не тільки в оригінальних продуктах діяльності, але й у мисленні, почуттях та спілкуванні з іншими людьми.*

 **Вправа «Незвичайна, історія»**

**Мета.** Проявити індивідуальні творчі здібності, фор­мувати навички для успішної взаємодії між людьми, розвивати відчуття художнього стилю.

**Обладнання**. Картки із завданням, папір А4, ручки/маркери.

**Хід виконання**

а) Спершу психолог об’єднує учасників у міні-підгрупи.

б) Далі пропонує одному учаснику міні-групи картку із завданням.

*Картка 1.*

Скласти розповідь чи вірш від імені каструлі.

*Картка 2.*

Скласти розповідь від імені стільця.

*Картка 3.*

Скласти розповідь чи вірш від імені окулярів.

*Картка 4.*

Скласти розповідь чи вірш від імені телефону.

*Картка 5.*

Скласти розповідь чи вірш від імені комп’ютера.

*Картка 6*.

 Скласти розповідь чи вірш від імені кружки.

в) психолог зачитує приклад виконання завдання.

Вправа «Сніжинка».

**Мета.**  Навчити учасників бачити різноманітність, формувати навички неполярного мислення та толе­рантного ставлення до індивідуальних рис особистості.

**Матеріали**. Аркуш паперу А4 чи серветка.

***Хід***виконання.

Психолог роздає кожному учаснику аркуш папе­ру чи серветку і просить підвестися, повернутися спиною до кола. Потім психолог пропонує виконати завдання:

1. Розгорніть серветку чи візьміть аркуш папе­ру А4.
2. Складіть папір чи серветку вдвоє і відірвіть верхній лівий кут.
3. Відірвіть нижній правий кут.
4. А тепер відірвіть нижній лівий кут.
5. Відірвіть правий верхній кут серветки/аркуша.

**Психолог**. А тепер прошу вас повернутися об­личчям до кола, розгорнути свій виріб та показати присутнім. Можете присісти.

Рефлексія

* Чи всі впоралися із завданням?
* Яка «сніжинка», на вашу думку, ідеальна? Чому?
* Чи можна взагалі вважати чиюсь «сніжинку» ідеальною, правильною? Чи бувають у природі однакові «сніжинки»?
* Чи можна сказати, оглянувши «сніжинки», що коліна людина індивідуальна? Чому? Обґрун­туйте свою думку.
* Чи проявили ви креативність під час виготов­лення «сніжинок»?

Вправа «Чарівна крамниця»

**Мета.** Надати можливість учасникам з'ясувати, яких якостей у них не вистачає.

**Хід виконання.**

Психолог пропонує учасникам подумати про те, якими особистими якостями вони володіють. По­тім пропонує уявити себе у чарівній крамниці, де один з них є продавцем. Учасники в обмін на свої якості (розум, сміливість, чесність, лінь, байду­жість), яких, :на їх думку, у них надмірно чи яких вони хотіли б позбутися, можуть отримати інші необхідні особисті якості. «Покупець» здає свої якості, «продавець» говорить, чи є те, що потрібно.

Рефлексія

* Які ваші враження від вправи?
* У якій ролі вам було комфортніше — «продав­ця» чи «покупця»?
* Чи знайшли ви якості, які шукали?
* Чи будь-яка людська якість є цінністю?

Підбиття підсумків заняття.

Вправа «Побажання»

Хід виконання

Психолог просить учасників повернутися до очі­кувань, які вони записали на початку тренінгу, і висловити свої враження від роботи та спілку­вання. Потім учасники по черзі висловлюють свої побажання групі.

ЗАНЯТТЯ № 2. Художні здібності особистості.

Мета. Розвивати емоційну сферу, творчі здібності дітей.

*Хід заняття.*

Вступне слово психолога. Презентація теми заняття. Очікування

Вправа-привітання «Мерехтливі вогники»

Мета: підготувати учасників до роботи, створи­ти комфортну атмосферу, гарний настрій, зосередити учасників на спільній роботі.

Хід виконання

Учасники тренінгу сідають у коло. Потім по черзі називають своє ім’я і промовляють, напри­клад, «Вітаю!» Сусід повинен якнайшвидше під­вестися, з піднятими догори руками повторити цю фразу і сісти, опустивши руки, Наступний учасник повинен зробити те ж саме, щоб хвиля пішла по колу.

 Інформаційне повідомлення. «Роль художньої обдарованості в

 спектрі здібностей людини»

Художня обдарованість посідає провідне міс­це серед царин обдарованості. Художні здібності поділяють на обдарованість у галузі акторської майстерності, літератури, музики, мистецтва, скульптури тощо. Тому багато людей поліздібні й складно виявити головну спрямованість люди­ни. Наприклад, М. Гоголь, В. Гете, М. Лермонтов, Т. Шевченко, П. Тичина, Ф. Шаляпін і багато ін­ших писали поезію, прозу, малювали. мали актор­ські здібності тощо.

Більш детально зупинимося на обдарованос­ті в галузі акторської майстерності та музичного мистецтва.

В основі *акторської* обдарованості лежать задат­ки до стійкої уваги, пам’ять, що забезпечує легке утворення домінанти ролі. Ядро акторської профе­сії – це «відчуття віри» (установка на дію в уявлюваній ситуації) емоційна чуттєвість на образи уяви та потреба втілити образ (модель ролі в дії).

**ОСНОВНІ РИСИ АРТИСТИЧНОГО ТАЛАНТУ**

* легко входить у роль іншої людини,, персо­нажа тощо;
* цікавиться акторською грою; виразно змінює тональність голосу, коли зображує героїв;
* розуміє та вміє передати конфліктні ситу­ації, може розіграти будь-яку драматичну сцену;
* передає почуття через міміку, жести, рухи; прагне викликати емоційну реакцію в ін­ших людей, коли про щось розповідає із захватом;
* дуже легко передає почуття, емоційні пе­реживання.

Ще одним аспектом художньої обдарованості, є музична обдарованість. Провідна умова музичної обдарованості – чуття гармонії (чути раніше, ніж знати і розуміти акорди).

У структуру музичної обдарованості входять просторові й часові фактори, які проявляються досить специфічно: дитина або доросла людина, яка ніколи ке навчалася гри на будь-якому му­зичному інструменті, «раптом» починає грати на ньому (іноді після кількох проб та помилок, а то й без них), її руки «самі знають», який взяти звук і де він міститься. Руки, пальні рухаються плав­но, упевнено. Пальці самі грають не тільки знайомі мелодії, а дитина імпровізує, або малює, або ліпить. Коли ставиш їй запитання: «Як ти робиш, як тобі це вдається?» – вона відповідає: «А я не знаю. Руки самі це роблять».

**ОСНОВНІ РИСИ МУЗИЧНОЇ ОБДАРОВАНОСТІ**

* проявляє неабиякий інтерес до музики, музичних занять;
* щиро реагує на характер та настрій музики;
добре співає;
* добре грає на якомусь музичному інструменті;
* полюбляє музичні записи;
багато енергії та почуттів вкладає у гру на музичному інструменті та під час співу або танцю;
* любить співати разом з іншими, щоб виходило злагоджено й добре;
прагне піти на концерт або туди, де можна послухати музику;
* пише особисті, оригінальні мелодії;
* у пісні та музику вкладає свої почуття та настрій.

**Висновок.**

Художні здібності забезпе­чують цілісний, синтетичний погляд на світ і тим самим розкривають властивості відтворюваного (людини, події), забезпечують уявлення про конкретно - історичну дійсність у межах певних про­сторово-часових діапазонів (епохи, періоди).

Вправа «Емоції і мистецтво»

Мета: розвивати навички розпізнання позитивних та негативних сторін емоції.

Хід виконання

**Психолог.** Науковці довели, що важливе місце в розумінні ролі художньої обдарованості посідає емоційна сфера. «У мистецтві емоції відіграють особливо важливу роль. Вони не лише спонукають суб'єкта до активності, не тільки активізують усі інші його психологічні процеси, а й пов’язують їх в єдине ціле.

 Далі психолог об’єднує учасників у дві групи за принципом «щастя – радість». Усі сідають відповідно за поділом. Група «Щастя» знаходить пози­тивні сторони емоцій і їх вплив на художню сферу, а група «Горе» – негативні.

Перед початком виконання вправи психолог на­гадує визначення поняття «емоції».

*Емоції (від лат.* хвилюю, збуджую*) – це особ­ливий клас психічних процесів і станів, пов'язаний з інстинктами, потребами і моти­вами, що відображаються у формі безпосе­реднього тимчасового переживання (задо­волення, радість, щирість, страх тощо) зна­чущості явищ і ситуацій життєдіяльності, що впливають на індивіда.*

Рефлексія

* Під впливом позитивних чи негативних емоцій народжуються шедеври?
* Яка справа викликає у вас емоцію? (Перегляд творів мистецтва, прослуховування музики, читання книги.)

 **Вправа «Прояви вміння»**

**Мета:** продемонструвати одне й те саме завдання за допомогою різних художніх галузей.

Обладнання: ватман, фломастери, олівці, аркуші А 4, ручки, пластилін, дощечка, картон.

Хід виконання.

Психолог об’єднує учасників у чотири міні-групи за принципом розрахунку на 1, 2, 3, 4. Кожна міні-група отримує завдання, яке повинна виконати в такий спосіб:

* група 1 – намалювати;
* група 2 – поставити міні-виставу;
* група 3 – проявити літературні здібності (на­писати вірш чи оповідання);
* *група 4* – продемонструвати скульпторські навички.

*Зразок завдання –* казочка «Колобок»

Вправа «Царівна-несміяна»

Мета: зменшити напруження, зняти втому.

Хід виконання

Психолог обирає одного учасника і просить його сісти в центрі кола, решта повинні його розсміши ти. У вправі можуть брати участь 2- 3 учні.

Тест «Наскільки я шульга»

Психолог зачитує запитання:

1. Переплетіть пальці рук. Великий палець правої (П) чи лівої (JI) руки виявився звер­ху? Повторіть 2-3 рази, щоб переконатися, що саме це положення зручне. Запищіть ре­зультат.
2. Зробіть в аркуші паперу (можна ручкою) не­великий отвір і подивіться через нього дво­ма очима на якийсь предмет (лампу, вимикач тощо). Заплющте праве (П) око – чи змістив­ся спостережуваний предмет? Заплющте ліве (Л) око – чи зник предмет з поля зору? Пе­ревіривши себе, запишіть другу букву нашої формули.
3. Схрестивши руки на грудях, приберіть «позу Наполеона». Ви почуваєте себе комфортно, коли права (П) чи коли ліва (Л) рука зверху? Ми визначили третю букву формули.
4. Просто зобразіть «бурхливі оплески». Яка до­лоня зверху? Запишіть результат.

**Психолог.** Ми виробили певну «формулу», яка відповідає біологія ним ознакам про деякі власти­вості характеру. А зараз уважно слухайте характеристику кожної «формули» характеру.

ПППП – носій такої характеристики консер­вативний, віддає перевагу

 загальноприйнятим формам поведінки.

ПППЛ – темперамент слабкий, переважає не­рішучість.

ППЛП – характер сильний, енергійний, ар­тистичний. У спілкуванні з такою людиною не за­шкодить рішучість і почуття гумору.

ППЛЛ – характер близький до типу ППЛП, але м’якший, контактніший. повільніше звикає до нових обставин. Зустрічається досить рідко.

ПЛПП – аналітичний склад розуму, основна риса – м’якість, обережність. Уникає конфліктів, терплячий, терпимий й розважливий, у стосунках віддає перевагу дистанції.

ПЛПЛ – слабкий тип, зустрічається тільки се­ред жінок. Характерні піддатливість різним впливам, беззахисність, але разом в тим здатність іти на конфлікт.

ПЛЛП – артистизм, деяка непостійність, схильність до. нових вражень. У спілкуванні смі­ливий, уміє уникати конфліктів і переходити на новий тип поведінки. Серед жінок зустрічається приблизно вдвічі частіше, ніж серед чоловіків.

ПЛЛЛ – цей тип більше характерний для чо­ловіків. Відзначається незалежністю, непостійні­стю та аналітичним складом розуму.

ЛППП – один з найпоширеніших типів. Він емоційний, легко контактує практично з усіма. Але недостатньо наполегливий, легко піддасться чужому впливові.

ЛППЛ – схожий на ЛППП, але не менш на­полегливий. М’який і наївний. Потребує особливо бережного ставлення до нього.

ЛПЛП – це найсильніший тип характеру. На­полегливий, енергійний, важко піддається переко­нанню. Трохи консервативний через те, що часто нехтує чужою думкою.

ЛПЛЛ – характер сильний, але ненав’язливий. Внутрішня агресивність прикрита зовнішньою м’якістю. Здатний до швидкої взаємодії, але взаєморозуміння при цьому відстає.

ЛЛПП – характерні дружелюбність, простота, деяка розсіяність інтересів.

ЛЛПЛ – простодушність, м’якість, довірли­вість – ось основні риси. Дуже рідкісний тип, се­ред чоловіків практично не зустрічається.

ЛЛЛП – емоційність у поєднанні з рішучістю приводить до необдуманих учинків. Енергійний.

ЛЛЛЛ – спроможний по-новому подивитися на речі. Яскраво виявлена емоційність поєднуєть­ся з індивідуалізмом, наполегливістю та деякою замкненістю.

Підсумок заняття,

Вправа «Телеграма»

Обладнання: аркуш А5, ручки.

Хід виконання

Учасники складають телеграму з тих понять, які вони вивчили сьогодні. І потім по колу озву­чують свою роботу.

ЗАНЯТТЯ №3. Основа внутрішнього світу людини.

**Мета заняття:** сформувати в учасників свідоме розуміння поняття «духовність»; навчити визначати життєві цінності; сформувати відповідальне ставлення до власних учинків, бажання дотримувати моральних принципів у житті.

**Хід заняття.**

***Вступне слово психолога***.

Презентація теми заняття.

**Вправа «Поділись гарним настроєм».**

 **Мета.** Активізувати учасників до роботи в групі, налаштувати на позитив.

 **Хід виконання.**

 Учасники групи по черзі, тримаючи долоні відкритими, вітаються і говорять один з одному щось приємне (побажання, враження, почуття).

 ***Рефлексія.***

* Чи приємно було дарувати гарний настрій?
* Чи приємно було отримувати чудовий настрій?

 Вправа «Очікування»

**Мета.** Визначити сподівання та очікування учасни­ків щодо заняття.

Матеріали. Плакат із зображенням скрині або ва­лізи, стікери, ручки.

Хід виконання

Психолог просить учасників подумати, чого вони очікують від заняття, сформулювати (Очікування. Вислів записують на стікерах та прикріплюють на плакаті.

Вправа «Найгірше і найкраще»

Мета. Актуалізувати життєві спогади, налаштувати на позитив, формувати вміння прощати.

Хід виконання

**Психолог.** На наше життя впливають різні події і люди. Пропоную розібратися, який це вплив. Випишіть п’ять найприємніших подій, що відбулися у вашому житті. Після кожного пункту зазначте, дякуючи кому або чому ці події відбулися.

Випишіть п’ять найбільш великих неприєм­ностей, які трапилися у. вашому житті.

Рефлексія

* Які події легше згадувати: приємні чи непри­ємні? Чому?
* Чи легко було подякувати комусь за приємні миттєвості свого життя?
* Коли розмірковували про неприємні хвилин­ки, що трапилися у вашому житті, які почуття у вас виникали?
* Скільки подій відбулося, за які відповідальні особисто ви?

Інформаційне повідомлення

Основною ознакою людини є душа. Але що є душа?

Душа – це ціннісна основа внутрішнього світу людини, що направляє людську актив­ність. Функціонально душа людини аналогічна інстинкту тварини. Якщо тварина робить те, що велить інстинкт, то людина робить те, що вона хоче. Душа і є те зведення правил, які визнача­ють це «хотіння» і тим самим визначають пове­дінку людини.

Природно, душа не фокусник і не може ви­конати бажання людини, душа

лише зведення правил, орієнтуючись на які, людина вибирає ту або іншу дію з переліку можливих. Зовнішні обставини є межами, у рамках яких тварина за

допомогою інстинкту або людина за допомогою душі визначає лінію своєї поведінки.

 Компонентами душі є смаки і ціннісні орієн­тації. Останні є основним поняттям у визначенні категорії «душа».

Ціннісні орієнтири *– спрямованість інтересів і потреб особи або групи на певну ієрархію узагальнених людських цінностей, що визнаються як стратегічні життєві цілі і загальні світоглядні орієнтири.*

Які ж ціннісні орієнтири є основними?

Незважаючи на безліч ціннісних орієнтацій, існує всього один базовий вид ієрархії ціннісних орієнтацій: духовність – матеріальність.

 Духовність і матеріальність знаходяться в обернено пропорційній залежності: чим більше духовності, тим менше матеріальності, і навпаки, тобто духовність протистоїть матеріальності.

 Духовність і матеріальність – дві сторони однієї медалі, і тому за допомогою духовності можна оцінити ступінь вираження не однієї, а двох цін­нісних орієнтацій – духовності та матеріальності, оскільки зони знаходяться в обернено пропорцій­ній залежності. Духовність можна виразити через матеріальність як матеріальність зі знаком мінус.

Структура матеріальності

Поняття «матеріальність» – це складова час­тина словосполучень:

* матеріальна свідомість;
* матеріальні інтереси;
* матеріальні потреби те інші.

*Матеріальність* – продовження біологічної ма­теріальної природи людини.

|  |  |
| --- | --- |
| *У тварини* | *У людини* |
|  |
| *Інстинкт самозбереження:** харчовий
* оборонний
 | *гедонізм* |
|  |
| *Інстинкт розмноження:** статевий
* батьківський
 | *кар’єризм* |

|  |
| --- |
| *Матеріальність* = гедонізм + кар’єризм |
| *Гедонізм* – насолода | *Кар’єризм*  – статус |

Духовність – властивість душі, що полягає в переживанні духовних, етичних та інтелектуальних інтересів над матеріальними.

Структура духовності:

* перший компонент – аскетизм.

Аскетизм – ціннісна орієнтація, в основі якої лежить принцип «не прагни до максималізації матеріального споживання».

 – другий компонент – альтруїзм.

 Альтруїзм – ціннісна орієнтація, в основі якої лежить принцип «щоб допомоги оточуючим, я повинен пожертвувати власними інтересами».

|  |
| --- |
| *Духовність* = аскетизм + альтруїзм |
| *Аскетизм* – релігійність, творчість | *Альтруїзм*  – безкорисливість |

Решта всіх ціннісних орієнтацій так або інак­ше шикується навколо осьової ціннісної орієнта­ції, тобто тяжіє або до духовності, або до матері­альності . Не випадково потреби за спрямованість на об’єкт найчастіше розділяють або на матеріаль­ні, або на духовні.

Вправа «Обстоювання особистих цінностей»

Мета: відпрацювати навички обстоювання власної думки.

Хід виконання

Учасників збирають у центрі кімнаті . Кожен ку­ток кімнати відповідає певній позиції щодо спірного питання: «повністю погоджуюсь», «погоджуюсь», «не погоджуюсь», «абсолютно не погоджуюсь».

Психолог пропонує учасникам одне зі спірних пи­тань і радить зайняти той куток, який відповідає думці щодо цього. Ті, хто вагаються або не мають жодної ідеї, повинні залишатися посеред кімна­ти. Тільки-но група визначиться стосовно позиції щодо певного спірного питання, попросіть добро­вольців поділитися міркуваннями на користь сво­го вибору. Учасники можуть переходити з кутка в куток, якщо захочуть змінити свою думку.

Питання:

1. Краще допомагати тваринам, ніж людям.
2. Щастя залежить тільки від людини, від того, наскільки вона сама хоче бути щасливою.
3. Краще працювати там, де платять багато Гро­шей, ніж мати роботу, яка приносить задово­лення.
4. Краще висловлювати власну думку і наполя­гати на ній, навіть якщо це комусь не подоба­ється.

Рефлексія

* Кому легше вдавалося зробити вибір із запро­понованих тверджень?
* Чи були такі, які чекали, поки інші зроблять свій вибір?
* Хто найчастіше вагався, роблячи свій вибір?
* Хто найчастіше залишався в центрі кімнати?
* Хто змінював свою думку під час вибору пра­вильного рішення?
* Як ви почували себе під час виконання цієї вправи?

Вправа на завершення «Піраміда почуттів»

Мета. Закріпити знання, набуті під час тренінгу, до­сягти стану душевної рівноваги.

Хід виконання

Кожен учасник виходить на середину кімнати, простягає руку вперед та промовляє: «Сьогодні я дізнався (відкрив для себе, зрозумів, відчув).... Наступний учасник кладе свою руку на долоню попереднього. Таким чином «будується» піраміда почуттів.

**Заняття № 4. Само презентація як розвиток творчих здібностей.**

**Привітання**

Психолог пропонує учасникам по черзі назвати своє ім’я та закінчити фразу: «Якби я був твари­ною, то був (була) би...»

Повторення правил

Мета. Повторити правила роботи групи, сприяти створенню робочої та доброзичливої атмосфери під час заняття.

Хід виконання

Повторення відбувається у вигляді, синкана.

Психолог на фліп-чарті пише схему, за якою буде відбуватися повторення правил.

1. Підберіть рису характеру.
2. Підберіть два прикметники. ,
3. Підберіть три дієслова (без/частки, не),
4. Яку функцію виконує це поняття?
5. Замініть це поняття словосполученням або си­нонімом.

Групу розподіляють на підгрупи, де кожна під­група складає синкан до двох правил. Потім кожна група зачитує свій твір.

*ПРИТЧА «ЗНАННЯ ДОРОГО КОШТУЄ»*

*У* селянина зіпсувався трактор. Усі спроби відремонтувати машину виявилися марними. Нарешті він покликав спеціаліста. Той оглянув трактор, спробував, як працює стартер, під­няв капот і все прискіпливо перевірив. Потім узяв молоток, один раз вдарив по мотору і привів його в дію. Мотор запрацював.

Коли спеціаліст подав рахунок селянину, той, здивовано поглянувши на нього, обурив­ся: «Як, ти хочеш 50 туманів тільки за один удар молотком!» «Шановний пане, *–* сказав майстер, – за удар молотком я порахував тільки один туман, а 49 туманів я повинен взяти з тебе за мої знання, дякуючи яким я зміг зробити цей удар».

Вправа «Очікування»

Мета: визначити очікування учасників щодо за­няття.

Обладнання: плакат із зображенням піскового го­динника, стікери, ручки/маркери.

Хід виконання

Учасникам роздають стікери, тренер просить написати на них свої очікування, прочитати і при­клеїти їх у верхню частину символічного піскового годинника, зображеного на плакаті.

Вправа «Черга»

Мета. Відпрацювати на практиці різні типи поведін­ки, проявити духовні задатки стосовно іншого, розви­нути творчу ініціативу.

Хід виконання

Нам іноді доводиться стояти в чергах. Я по­годжуюся з вами, що це не найприємніший спо­сіб проведення часу. Сьогодні й нам доведеться відчути на собі тиск, можливо навіть нахабність, і спробувати протидіяти цьому. Тож для початку давайте вирішимо, за чим стоятимемо в черзі. Це може бути черга до каси в супермаркеті, за квит­ками, навіть по воду з спекотний день.

* Станемо всі в чергу (можна розподілити учасників ял дві підгрупи, одні, актори, решта спостерігачі; потім міняються).
* Завдання акторів 2-ї групи: робити все для того, щоб пройти без черги. Завдання перших: при­слухатися до прохань, аргументів; зважувати все й ухвалити правильне рішення: пропускати чи ні.

Рефлексія

* Чи всі відчули себе безпосередніми учасниками ситуації?
* Чи легко ви змогли поступитися своїми ін­тересами, часом стосовно зовсім незнайомої людини?
* Роблячи безпосередній вибір, ви втрачаєте щось чи здобуваєте? Обґрунтуйте вашу думку.

Вправа «Історія з продовженням*»*

Мета: показати спонтанну співпрацю, терпіння в рамках усієї групи, розвивати творчі здібності, фан­тазію та практичну спрямованість.

Хід виконання

Психолог пропонує учасникам вигадати історію, яка відбулася з вашими ровесниками. Розпочинає історію тренер, потім підхоплюють учасники.

Необхідною умовою виконання проведення вправи є участь усіх. Важливо, щоб учасники терп­ляче вислуховували кожного, ніхто не перебивав і не зупиняв оповідача. По можливості дотримувати сюжетної лінії оповідання. Історію для старту мож­на запропонувати свою або використати якийсь ви­падок зі шкільного життя чи життя класу.

Орієнтовний початок історії.

«На початку липня дівчата Оксана, Марійка та Наталка вирішили з’їздити на природу, відпочити, по­грати в м’яча, теніс, позагоряти. Подорож їхня почалася з того, що вони сіли в автобус і поїхали до запланованого місця відпочинку. Але, підійшов­ши до зупинки, вони побачили, що автобус уже збирався від’їжджати, і вони заскочили до нього і всілися на вільні місця. Зручно вмостившися почали весело теревенити, згадували кумедні випадки зі шкільного життя і не поміти­ли, що їдуть в протилежному напрямку і вже ви­їхали за місто...»

Далі історію продовжують учасники. Така спільна творча робота налаштовує учасників на активне фантазування, іноді дає можливість про­ектувати особисті проблеми та поведінко»] реакції на героїв оповідання. Тому для психолога цей колек­тивний «шедевр» може стати й діагностичним ма­теріалом.

Рефлексія

* Чи сподобалося вам оповідання?
* Назвіть основні епізоди історії.
* Чи цікаво було створювати історію колективно?
* Які б зміни ви внесли, якби розповідали істо­рію самі?
* Які практичні навички здобули хлопці в нашо­му оповіданні?

 Вправа «Ситуація в потязі»

Мета. Формувати навички, необхідні для успішної взаємодії між людьми, які мають розбіжності в думках і поглядах.

Хід виконання

Тренер обирає з групи двох учасників, які бу­дуть розігрувати ситуацію.

Ситуація

 Головні герої:

1. Провідник.
2. Пасажир.

Прямує потяг Київ – Львів. До Вінниці по­тяг прибуває о 2 годині ночі, замість запланованої за графіком 1-ї. На календарі листопад. Пасажир при­був завчасно до приходу потяга і вже встиг змерз­нути. Він їде на науково-практичну конференцію. Завдання пасажира – попросити зробити в нічний час гарячого чаю чи кави. Звернути увагу, що про­відник дуже втомлений і йому хотілося відпочити, прилягти.

Можна програти цю ситуацію 1-2 рази.

Рефлексія

* Чи вдалося героям відтворити запропоновану ситуацію?
* На чиєму боці ви були?
* Чому провідник не хотів пригостили пасажира гарячим чаєм?
* Як у цій ситуації повів себе пасажир?

Підсумок.

ЗАНЯТТЯ 5. Розвиток лідерських якостей

Мета. Стимулювати учасників до розвитку лідер­ських якостей; сприяти розвитку навичок самопізнан­ня, самовиховання, самоаналізу; налаштувати учасників на успіх, прагнення досягнення позитивних результатів у своїй діяльності.

**Хід заняття*.***

Вправа «Привітання»

Мета. Сприяти встановленню контакту між учасни­ками групи та налаштуванню на роботу у групі.

Хід виконання

Вправу починає психолог, а потім підхоплює один з учасників. Психолог говорить привітання або комплімент у такій формі: «Привіт усім, у кого в цей момент хороший настрій!» Ті, кого стосу­ються ці слова, відповідають: «Привіт!» А якщо був сказаний комплімент, то ті з учасників, яких він стосується, відповідають: «Дякую!»

Вправа «Повторення правил роботи»

Мета. Повторити правила роботи групи, сприяти створенню робочої та доброзичливої атмосфери під час заняття.

Хід виконання

Психолог пропонує згадати, які правила група встановила під час першого заняття. Пропонує учасникам розподілитися на підгрупи та пригада­ти прислів’я чи пісню, які б могли проілюструвати те чи інше правило.

Вступне слово психолога.

*Психолог* . Я дуже радий сьогодні тут бачи­ти всіх. На цьому занятті ми продовжимо нашу з вами плідну роботу і навчимося розвивати у собі ті якості, якими повинен володіти лідер, дамо від­повідь на запитання: *«Чи в кожній ситуації необ­хідний лідер?*», ознайомимося з видами лідерів та дізнаємося, які лідерські ролі виконує кожна людина упродовж життя.

Вправа «Очікування від тренінгового заняття»

Мета. Визначити очікування учасників щодо за­няття.

Хід виконання

Психолог просить учасників подумати, чого вони очікують від заняття, і сформулювати свої думки. Вислів записують на стікерах і прикріплюють на плакаті із зображенням кошика.

Мозковий штурм «Хто такий лідер?»

Психолог пропонує учасникам висловити свої думки щодо індивідуума, якого називають «лідер». Усі відповіді учасників записують на фліп-чарті. Потім тренер узагальнює їх разом з учасниками тренінгу.

Після вироблення групою визначення поняття «лідер» тренер дає академічне визначення поняття «лідер».

Лідер (від англ. Leader – ведучий, керівник) – авторитетний член групи, якому члени групи надають право ухвалювати відповідальні рішення, що стосуються їх інтересів та визначають спектр і характер діяльності усієї групи, у значимих для них ситуаціях, подіях.

Вправа«Коло знань»

Мета. Навчити учасників самостійно, швидко, ефек­тивно засвоювати та передавати інформацію, ознайомити з різними видами лідерів.

Хід виконання:

1. Психолог об’єднує учасників у чотири підгрупи (наприклад, за порами року). Кожна група протя­гом 5 хвилин вивчає інформацію «Види лідерів» зі своєї картки. Після цього один учасник з під­групи приєднується до іншої групи й розповідає опрацьовану інформацію та вислуховує інформа­цію команди. І так по колу.

**Картка №1.**

***Лідер-генератор ідей. Лідер, що вміє «філь­трувати»***

* Лідер-генератор ідей – це високорозвинений інтелект, помножений на потужну ак­тивність, ініціативність, нетрадиційність, але разом із тим його не слід обтяжувати відповідальністю за втілення своїх ідей та пропозицій. Йому не можна доручати ру­тинної роботи.
* Лідер, що вміє «фільтрувати», «фільтрує» всі пропозиції і рекомендації за критерієм реальності і практичної користі. Він не дуже переймається справою і не нади­хає інших, але вправно відмежовує по­рожнє від перспективного. Його не виво­дить із рівноваги й не лякає копітка робо­та з документацією та паперами.

Картка № 2.

Лідер-організатор. Лідер-стратег

* *Лідер-організатор* – людина, здатна орга­нізувати виконавців і довести з ними до кін­ця заплановану роботу. Головне – йому потрібно добре пояснити, що слід зробити, а вже у який спосіб – він вирішить сам.
* *Лідер-стратег* розподіляє обов'язки, без його відома до групи не залучають нових людей. Він формулює ідейний напрямок, мету групи і підсумкове рішення.

Картка № 3.

Лідер-інформаційний агент (комунікатор). Емоційний лідер

* Лідер-комунікатор, або лідер-інформацій­ний агент, постійно знаходиться у пошуку потрібної інформації. Розробляє рекламу своєї команди. Таку роботу ефективно може виконувати людина комунікабельна, яка має завжди тримати свою лінію, уміти про­мовчати, коли це потрібно, і не наговорити зайвого.
* Емоційний лідер діє як заземлювач, знімає напруження, конфліктність, агресивність, тривожність, неадекватну підозріливість. Однак від нього можна чекати ознак нері­шучості, бездіяльності в критичній ситуації.

Картка № 4.

Лідер-арбітр. Режимний лідер

* Лідер-арбітр розв'язує між членами групи сварки, конфлікти, непорозуміння тощо. У цих випадках він не завжди й не одразу біжить скаржитися керівництву, а намага­ється з'ясувати у своєму колі.
* Режимний лідер відповідає за те, щоб спра­ва була завершена вчасно і виконана якіс­но. Він стежить за порядком, виявляючи пе­дантизм і вимогливість, проте може пере­йматися щодо дрібниць і обмежувати свободу дій решти членів групи.
1. Психолог обговорює з дітьми учасниками тренінгу набуті знання.

Вправа «Яка ви людина?»

Тест «Самооцінка»

 Подані слова розташуйте у дві колонки: в пер­шій, які характеризуватимуть позитивні риси ва­шого ідеалу, а в другій, які, на вашу думку, не по­винен мати ідеал.

Слова, що характеризують окремі риси людей: охайність, безпечність, сприйнятливість, гор­дість, грубість, життєрадісність, турботливість, сором’язливість, заздрісність, злопам’ятливість, щирість, вишуканість, вередливість, легковір’я, повільність, мрійність, наполегливість, ніжність, невимушеність, нервозність, нерішучість, нестри­маність, чарівність, уразливість, обережність, чуйність, педантичність, рухливість, рішучість, самозабуття, стриманість, жалісливість, тер­пимість, боягузтво, захопленість, завзятість, по­ступливість, холодність, ентузіазм, енергійність.

Обробка результатів

Порахуйте кількість позначених рис у пер­шому і другому стовпчиках, складіть їх і поді­літь на 40.

* 0,4 – 0,6 – адекватна самооцінка. Такі учні усвідомлюють свої здібності, не зупиняються на досягнутому. Вони цілеспрямовані й удо­сконалюють себе як особистість.
* 0,6 – 0 – підвищена самооцінка. Такі учні впев­нені, що в житті все буде так, як хочеться їм. Вони навіть не розуміють, що їх плани можуть колись зруйнуватися. Вони дуже високої дум­ки про свої здібності.
* 0 – 0,4 – занижена самооцінка. Учні дуже не­впевнені в собі. їх життєві плани часто невизначені. Про свої здібності вони майже не гово­рять і завжди дотримують чужої думки.

Рефлексія

* Як ви вважаєте, яка самооцінка повинна бути у лідера?
* Як буде поводити себе лідер із завищеною само­оцінкою?
* Чи може бути людина із заниженою самооцін­кою лідером?

Рухлива гра «Атоми»

Хід виконання

*Психолог*. Уявіть собі, що ми – атоми, які ма­ють такий вигляд: зігнуті у ліктях руки і притис­нуті до плечей зап’ястки. Атоми постійно рухають­ся і час від часу об'єднуються у молекули. Число атомів у молекулі може бути різним, залежно від того, яке число я зараз назву.

Учасники починають рухатися. Психолог на­зиває число (наприклад, два). Тоді учасники об’єднуються у молекули по два атоми кожний.

Молекула, має виглядати так: учасники сто­ять один до одного обличчям, торкаючись перед­пліччям.

Вправа «Життєві ситуації»

**Мета**. Проаналізувати і розглянути життєві ситуації очима інших людей та виробити власний шлях виходу із запропонованих ситуацій.

Хід виконання

Учасники об’єднуються у дві підгрупи. Тренер пропонує кожній підгрупі одну картку з проблем­ною ситуацією. На обговорення в підгрупах від­водиться 3 хв.

*Ситуація №1.*

На спортмайданчику хлопці й дівчата 14 – 16 грали у волейбол. В Святослава м’яч вислизнув із рук та покотився в кущі. Андрій побіг за м’ячем і несподівано його погляд зупинився на гаманці, що лежав на дорозі.

*Святослав.* Я знайшов гаманець. Напевно, гам гроші

*Усі підбігли до нього.*

*Марися.* Напевне. Але не ми його поклали, не нам і брати.

*Святослав.* Що ти верзеш за маячню! Там, пев­но, є гроші, і ми зможемо сходити до кав’ярні.

*Петро.* А й справді, треба його підняти. Не валятися ж йому на дорозі. (Підняв гаманець.) Подивилося, що в ньому?

*У гаманці знаходилися купюри різного номіналу від двох гривень до ста.*

*Лариса.* Ото, скільки грошей. Скільки можна всього придбати.

*Марися*. Нічого ми за них купувати не буде­мо, тому що це не наші гроші, ми їх не заробили і не маємо на них ніякого права.

*Лариса*. На нашому місці інші би зраділи гро­шам на халяву.

*Марися*. Ми не інші, а тим паче не крадії. Чи ти вважаєш, що треба взяти чужі гроші та піти в супермаркет та всі розтринькати? Чи вар­то знайти власника і повернути йому гаманець?

*Петро*. А може, ми візьмемо деяку суму для своїх цілей, а іншу повернемо власнику.

*Марися*. Ні!

*Петро*. А що я такого сказав?

*Марися*. А уяви, що цей гаманець загубив не хтось невідомий, а саме тил.

*Лариса*. Облиш свої повчання.

*Святослав*. Дівчатка, не сваріться через дрібниці, воно того не варто. Ми повернемо цей га­манець власнику.

Запитання до обговорення:

1. Хто, на вашу думку, у цій підлітковій компанії є лідером?
2. Визначте, до якого типу лідерів належить авто­ритетна особа в нашій ситуації?
3. Які якості притаманні лідеру?
4. Що б ви порадили лідеру в цій ситуації?

*Ситуація № 2.*

Подвір’я багатоповерхового будинку. Надворі жовтень. Дівчата та підлітки 11-13 років товари­шують ще з дитячих років. Вови вже повернулися зі школи, закинули свої речі, переодягнулися і ви­йшли на вулицю до друзів поспілкуватися, від­почити від навчання, подихати свіжим повітрям. Зайняли свої улюблені місця на спинці лавки.

*Сашко*. Може сходимо кудись, прошвирнемося?

 *Ганна.* Що ти маєш на увазі під словом «прошвирнемося»?

*Сашко*. Пройдемо квартал-другий, зайде­мо до Макдоналдзу, з’їмо по морозиву з гам­бургером.

*Андрій*. Ні, краще пішли купимо у магазині пива й вип’ємо собі спокійно по пляшечці. Дешево і сердито. Як вам така пропозиція?

*Олег*. Краще вип’ємо коли.

 *Андрій*. Що за дитячі пропозиції – соса-соlа, морозиво. Може ще по цукерці на паличці та спатки

 *Олена*. Я нікуди не піду. Мені ще вчити вірша та робити англійську.

*Сашко*. Встигнеш ти зробити домашку. Ти й так завжди все робиш. Один раз не виконаєш домашку, ніхто й не помітить.

*Олена*. Це звичайно так, але тоді у кого ти будеш списувати її.

 *Сашко*. Тоді йди робити до­машнє завдання.

*Ганна*. Чого ви все про школу й про шко­лу. Давайте просто відпочивати.

 *Олег*. А давайте підемо до мене й перегля­немо новий фільм, який учора тато купив, а то я щось змерз.

Запитанню *до* обговорення:

1. Хто, на вашу думку, у цій компанії є .лідером?
2. Визначте, до якого виду лідерів належить ав­торитетна особа в нашій ситуації?
3. Які якості притаманні лідеру?
4. Що б ви порадили лідеру в цій ситуації?

ПОРАДИ ЛІДЕРУ

* Вчіться співпрацювати. Пам'ятайте, що навколо вас теж люди зі своїми мріями. Цікавтеся почуттями інших, допомагайте один одному,
піклуйтеся одне про одного.
* Будьте терплячими. Не обов'язково бути ора­тором. Слід бути й терплячим слухачем. Мож­ливо, тому в нас два вуха і тільки один рот.
* Постійно вчіться. Поповнюйте свої знання і досвід, читайте книжки, будьте допитливими і працелюбними. Але не для показу, а заради знань.
* Не втрачайте надії. Не все виходить одразу. Але невдача й помилки теж учать. Робіть ви­сновки – і знов уперед. Надія вмирає остан­ньою.
* Отримуйте насолоду і від навчання, і від жит­тя. Поєднуйте приємне з корисним, І тоді успіх буде завжди з вами.

Підбиття підсумків

Учасники повертаються до очікувань, які вони писали на початку тренінгу.

**Література**

1. Булаківська А. Розвиваємо творчі та пізнавальні здібності дітей [гуманіт. гімназія для почат. кл.] / Булаківська А. // Обдарована дитина. – 2008. – № 5. – С.38–40.
2. Моляко В.О. Психологія творчості та обдарованості: нові рубежі теорії і практики / В.О.Моляко // Обдарована дитина. – 2007. – № 7. – С. 2–3.
3. Туріщева Л.В. Особливості роботи з обдарованими дітьми // Шкільному психологу. Усе для роботи. – 2009. – № 4. – С. 2–10.
4. Харцій О.М. Формування творчого компоненту особистості у школярів / О.М.Харцій // Обдарована дитина. – 2008. – № 8. – С.41–44.
5. Чорноголовая Н.Н. Программа работы с одаренными детьми / Н.Н.Черноголовая // Образование в современной шк. // – 2010. – № 7. – С.32–39.
6. Чудновський В.Є. Обдарованість – це унікальність кожної особистості. / В.С.Чудновський, В.С.Юркевич // Обдарована дитина. – 2010. – № 2. – С.2–7.
7. Шепотько В.П. Організація навчання обдарованих і талановитих школярів: (навч.-метод. посіб.) / В.П.Шепотько, І.С.Волощук // Рідна шк. – 2006. – № 1. – С.25–54. (Книжка в журналі).
8. Яковина А.В. Комп’ютерна діагностика інтелектуальної обдарованості / А.В. Яковина // Обдарована дитина. – 2009. – № 1. – С. 32–34