

Тренинг «Кто я?»

Цель: обучить основам самопрезентации и самореализации;

Задачи:

- выявление лидерства и формирование социального института лидеров отрядов;
- развитие навыка самостоятельного принятия решения и ответственности;
- формирование социально продуктивных форм деятельности;

Ход занятия:

1. Организационный момент. Ознакомление с темой занятия.

2. ТЕСТ: Обладаете ли вы качествами лидера?

На нижеприведённые вопросы отвечайте либо «Да», либо «Нет».

1. Умеете ли вы придерживаться чёткой последовательности в своих действиях?
2. Вы открыты для новых знаний, всё время ли стремитесь совершенствоваться?
3. Можно ли назвать вас генератором идей?
4. Вам по силам создать атмосферу доверия?
5. Способны ли вы эффективно распределять обязанности?
6. Когда вы боитесь чего-то, всегда ли стараетесь преодолеть свой страх?
7. Для вас имеет большое значение постоянное одобрение окружающих?
8. Во всех случаях следуете принципу: «Не откладывай на завтра то, что можно сделать сегодня»?
9. Справляться с нахлынувшими эмоциями для вас трудная задача?
10. Любите ли вы общаться с людьми?
11. Обсуждая тот или иной вопрос с коллегами, часто ли вам удаётся убедить их в правильности вашей точки зрения?
12. Умеете ли вы идти на разумный риск?
13. Планировать, по вашему мнению, довольно-таки увлекательная и приятная задача?
14. Бросить начатое дело для вас исключительная редкость?
15. Обычно вы теряетесь, если решение не лежит на поверхности, а время на его принятие строго ограничено?
16. Идеи, высказанные не вами, воспринимаете в штыки?
17. Если предстоит какая-то сложная работа, вы не ищете отговорки, а просто делаете её?
18. Считаете ли вы, что удовлетворение от успешно выполненной работы само по себе награда?
19. Как правило, вы исполняете обещания?
20. Всегда ли вы проявляете настойчивость и твёрдость в принципиальных вопросах?

За каждый ответ «Нет» на вопросы 1-6, 8, 10-14, 17-20 и ответ «Да» — на вопросы 7, 9, 15, 16 начислите себе по 2 балла.

Суммируйте баллы и подведите итоги.

0–10 баллов. Вероятно, вы человек активный, верящий, что искреннее желание, помноженное на старание, способно дать результат. Кроме того, вы вполне коммуникабельны, ответственны и в малой степени подвержены влиянию извне. В целом у вас есть необходимые качества, чтобы быть лидером.

12–24 балла. Ваш успех в качестве лидера не так очевиден. Быстро принимать важные решения, отстаивать своё мнение с риском нажать недоброжелателей, нести

ответственность за других людей — согласитесь, нелёгкий труд. Ответьте себе честно на вопрос: готовы ли вы к этому? Если без колебаний отвечаете — да, значит, у вас есть шанс реализовать лидерские амбиции.

26–40 баллов. Похоже, по натуре вы не лидер. Гораздо легче вам будет достигнуть намеченных целей под чьим-нибудь руководством.

3. Психологическая игра “Адаптация”

- Психологическая игра “Адаптация” проводится для выявления лидеров, генераторов идей и исполнителей, создания творческой атмосферы. Для этого в начале игры отряд делится на микрогруппы. За выполнение заданий вручаются жетоны трех цветов: красные – тому, кто подает идеи, зеленые – тому, кто их реализует, желтые – тому, кто не участвует (желтых может и не быть).

Первое задание – разминка. Каждый представляет соседа справа, предварительно пообщавшись две минуты. Определяются пять самых ярких представителей, которые становятся лидерами. Они получают пять красных жетонов.

Второе задание – вокруг пяти лидеров собираются пять микрогрупп, которые формируются по желанию. Каждой группе дается задание: нарисовать дружеский шарж на любого из присутствующих. Чья идея – красный жетон, кто нарисовал – зеленый. Ребята с красными жетонами переходят в другую микрогруппу (по часовой стрелке).

Третье задание – придумать творческую подпись к шаржу (предварительно ведущий собирает шаржи и раздает их в микрогруппы, учитывая, чтобы они не попали в ту же группу). Чья идея – красный жетон, кто выполнял – зеленый.

Четвертое задание – “три “Д” (Друг Для Друга): придумать для соседней группы задание. Чья идея – красный жетон, кто выполнял – зеленый . Ребята с красными жетонами переходят в другую группу.

Пятое задание – ведущий для всех микрогрупп дает одинаковое задание.

Игра заканчивается коллективным обсуждением происходящего и вручением лидерам групп знаков «исследователей».

4. Упражнение «Как и у меня...»

Инструкция: "Возьмите лист бумаги и подпишите сначала на нем заголовок: "Человек, у которого такие же, как и у меня...", а затем в столбик следующее:

1. Рост
2. Цвет глаз
3. Цвет волос
4. Знак зодиака
5. Любимое блюдо
6. Любимый напиток
7. Любимое животное
8. Черта характера - черта гордости
9. Черта характера - предмет стеснения
10. Способ реагирования на опасность
11. Способ знакомства с противоположным полом

Теперь ваша задача в течение пяти минут, гуляя по всему пространству, найти людей, у которых есть то, что мы только что перечислили, и попросить их поставить Вам напротив одинаковой с ними позиции свою роспись. Росписи необходимо получить по всем позициям. По одной и той же позиции можно получить несколько росписей".

5. Упражнение «Из спичек – имена»

Инструкция: "Вот лежит коробок спичек. Ваша задача в течении 10 минут из этих спичек выложить имена всех здесь присутствующих, используя все спички, лежащие в коробке. Одна буква может принадлежать разным именам. Спички ломать нельзя".

- *Спички выдаются из расчета 10 спичек на одного члена группы.*
- *Если они не успевают за 10 минут, задается вопрос: «Сколько вам нужно времени, чтобы закончить?». Если опять не успевают, то опять вопрос и т.д.*

6. Упражнение «Расскажи мне обо мне»

Ведущий предлагает членам группы разбиться по парам. В течении 5 минут каждый рассказывает друг другу о себе. Затем все садятся в круг и каждая пара по очереди выходит в центр: один участник садится на стул, второй встает за ним, кладет ему на плечи руки и говорит о сидящем как от себя, представляя себя его именем, затем они меняются. Пары можно оставить из предыдущего упражнения.

Завершение. Упражнение «Семейная фотография»

Группа - семья. Группе предлагается выбрать мать, отца, детей, бабушек и дедушек, тетей и дядей и других родственников и расположить их так, как будто они фотографируются на семейную фотографию. Обсуждение и интерпретация - кто какое место занял на фотографии.