

Муниципальная бюджетная образовательная организация  
дополнительного образования  
«Детский образовательно-оздоровительный Центр «Кристалл»

# **ТРЕНИНГ**

**ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ЛИДЕРСКИХ КАЧЕСТВ**  
*(для старших вожатых и педагогов-организаторов  
организаций дополнительного и общего образования)*

**Разработала:** Уварова Е.В.,  
методист, педагог д/о

Уварово, 2016

## **Принципы работы группы:**

### ***1) "Здесь и теперь".***

Этот принцип ориентирует участников тренинга на то, чтобы предметом их анализа постоянно были процессы, происходящие в группе в данный момент, чувства, переживаемые в данный конкретный момент, мысли, появляющиеся в данный момент. Кроме специально оговоренных случаев запрещаются проекции в прошлое и в будущее. Принцип акцентирования на настоящем способствует глубокой рефлексии участников, обучению сосредотачивать внимание на себе, своих мыслях и чувствах, развитию навыков самоанализа.

### ***2) Искренность и открытость.***

Самое главное в группе – не лицемерить и не лгать. Чем более откровенными будут рассказы о том, что действительно волнует и интересует, чем более искренним будет предъявление чувств, тем более успешной будет работа группы в целом. Искренность и открытость способствуют получению и предоставлению другим честной обратной связи, то есть той информации, которая так важна каждому участнику и которая запускает не только механизмы самосознания, но и механизмы межличностного взаимодействия в группе.

### ***3) Принцип Я.***

Основное внимание участников должно быть сосредоточено на процессах самопознания, на самоанализе и рефлексии. Даже оценка поведения другого члена группы должна осуществляться через высказывание собственных возникающих чувств и переживаний. Запрещается использовать рассуждения типа: "мы считаем...", "у нас мнение другое..." и т. п., перекладывающие ответственность за чувства и мысли конкретного человека на аморфное "мы". Все высказывания должны строиться с использованием личных местоимений единственного числа: "я чувствую...", "мне кажется...". Это тем более важно, что напрямую связано с одной из задач тренинга – научиться брать ответственность на себя и принимать себя таким, какой есть. Уже первые групповые дискуссии обнаруживают, насколько непохожи мысли и чувства разных людей, что является определяющим аргументом для введения названного правила.

### ***4) Активность.***

В группе отсутствует возможность пассивно "отсидеться". Поскольку психологический тренинг относится к активным методам обучения и развития, такая норма, как активное участие всех в происходящем на тренинге, является обязательной. Большинство упражнений подразумевает включение всех участников. Но даже если упражнение носит

демонстрационный характер или подразумевает индивидуальную работу в присутствии группы, все участники имеют безусловное право высказаться по завершении упражнения. В случае тренингов-марафонов крайне нежелательны отсутствие даже на одной сессии и выход из группы.

### **5) Конфиденциальность.**

Все, о чем говорится в группе относительно конкретных участников, должно остаться внутри группы – естественное этическое требование, которое является условием создания атмосферы психологической безопасности и самораскрытия. Само собой разумеется, что психологические знания и конкретные приемы, игры, психотехники могут и должны использоваться вне группы – в профессиональной деятельности, в учебе, в повседневной жизни, при общении с родными и близкими, в целях саморазвития.

### **Цели тренинга:**

1. Раскрытие личностного потенциала участников группы.
2. Формирование представлений о лидерстве, осознание и проявление своих сильных сторон.

### **Задачи тренинга:**

1. Формирование взаимопонимания и чувства ответственности по отношению друг к другу.
2. Формирование навыков понимания друг друга.
3. Приобретение навыков принятия ответственности друг за друга.
4. Выявление и развитие представлений о лидерстве.
5. Приобретение навыков планирования деятельности и организации работы в команде.

## **Ход тренинга**

**Разогрев группы**, создание благоприятного климата.

### **1. Упражнение «Ты и твое имя»**

**Цели:** развить самостоятельность, творческий подход к заданию, лидерские навыки у участников тренинга; потренироваться в самооценке и самопрезентации.

**Ресурсы:** бумага и ручка для каждого игрока.

**Время:** 15-30 минут.

### **Ход упражнения**

Положите перед собой лист бумаги и напишите на нем по вертикали ваше имя. Сосредоточьтесь! У вас есть 5-10 минут, чтобы написать против каждой буквы качество своего характера, которое вы в себе знаете и цените.

Пример:

М - мечтать (умею)

И - интеллигентность

Х - харизма

А - активная позиция в коммуникации

И - интеллект

Л - любовь к жизни

Пусть после завершения индивидуальной работы участники обсудят полученные результаты товарищам по группе.

## **2. Упражнение «Аквариум»**

**Цель:** знакомство.

**Задачи:** зарядить группу энергией.

**Время:** 15 – 20 мин.

**Материалы:** ватман, листы А4, ножницы, карандаши (фломастеры), клей.

### **Ход упражнения:**

Участникам группы раздаются листы, ножницы, фломастеры. В течение 15 - 20 минут они должны решить, рыбкой какой породы они будут на данном занятии, нарисовать, вырезать, раскрасить рыбку, написать на ней имя участника, породу рыбки.

На следующем этапе каждый из участников должен прикрепить свою рыбку на стену (лист ватмана), которая является образом аквариума. В какое место приклеить рыбку – каждый решает сам (кто-то поглубже, кто-то у поверхности), кто-то в водорослях, кто-то среди камней. Так же участники должны назвать своё имя и рассказать, что эта рыба ищет в аквариуме, как представляет своё существование среди других рыб.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Легко ли вам было выполнять данное упражнение?
2. Возникали ли у вас затруднения при рассказе?
3. Какие чувства вы при этом испытывали?

## Основная часть

### **3. Упражнение. «Если.., то»**

**Цель:** выявление лидерских качеств.

**Ресурсы:** бумага, ручки для каждого игрока.

**Время:** 15-40 минут.

#### **Ход упражнения**

Каждый из участников в течение пяти минут должен вспомнить и записать на листе бумаги логическое продолжение формулы "Если .., то ...". Естественно, можно связать это предложение с абсолютно любым событием или фактом эмоционально-психических реакций человека. В данном случае, мы займемся конкретной темой: готовностью к ведению переговоров, наукой убеждать. Поэтому просим участников тренинга сосредоточиться на их опыте и записать наблюдения, которые связаны для них с показателем успешности переговоров, например "Если партнер смотрит мне в глаза, я чувствую, что он сосредоточен на моих аргументах", "Если при первом рукопожатии я ощущаю энергичную доброжелательность собеседника, я верю в то, что встреча закончится удачно", "Если я вошел в комнату для переговоров с правой ноги, то это примета успеха", "Если по дороге к клиенту, с которым я должен подписать контракт, мне встречается на улице блондинка, я уверен, что закончу встречу успешной продажей".

Таких примет успеха должно быть у каждого не меньше пяти. Обязательно, чтобы каждый пункт основывался не на неких глобальных представлениях, а на собственном, пусть даже очень субъективном, опыте успеха каждого из членов команды.

### **4. Игра «Лидер это-...»**

**Цель:** освоить активный стиль общения и развить в группе отношения партнерства.

**Задачи:** потренироваться в определении четких и ясных признаков лидерского поведения, осознании лидерских качеств.

**Время:** 40 мин.

**Материалы:** листы полуватмана, ножницы, клей, маркеры, карандаши, множество рекламных проспектов, журналов, газет.

#### **Ход игры:**

Всем игрокам предоставляются разнообразные канцелярские материалы, газеты, журналы, рекламные проспекты. В течение 30 - 40 минут они готовят (поодиночке либо в парах) некий коллаж с использованием

газетных заголовков, фотографий, рисунков от руки или найденных в рекламных изданиях, журналах, газетах.

Тема работы: «Лидер – это» . В работе нужно попытаться в визуальной форме представить качества, которые характеризуют лидера, рассказать о способностях вести за собой людей, руководить ими. Пока группа работает, в комнате звучит фоном энергичная, ритмичная музыка, создающая рабочее настроение, поддерживающая творческий настрой участников.

Когда время на подготовку закончено, музыка микшируется – это знак участникам начать уборку рабочих мест, освобождение комнаты от обрезков и мусора. В это время тренер нумерует полученные от участников анонимные листы и развешивает их. После того как «субботник» завершен и место освобождено для продолжения работы, начинаем «лидерский променад». Все лидеры прогуливаются по комнате, на стенах которой закреплены скотчем рекламные постеры, и делают для себя пометки, кто является, по их мнению, авторами увиденных работ.

Собираемся вместе и обсуждаем увиденное. Участники зачитывают свои мнения об авторстве работ, рассказывают, что им показалось наиболее привлекательным, ярким в работе товарищей.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Легко ли вам было выполнять данное упражнение?
2. Какие чувства вы испытывали, выполняя данное задание?
3. С какими трудностями вы столкнулись при выполнении задания?
4. Как вы считаете кто такой лидер?

#### **Итак, лидер – это...**

Вот несколько мнений, прозвучавших на одном из тренингов в ответ на вопрос: «Кто такой лидер, кого мы можем назвать лидером?»

Итак, лидер – это: прежде всего – доминантная личность;

-аккорд, который предшествует тонике – острый, но приводящий к явному результату,

-у него быстрая реакция на ситуацию и эффективный выбор средств влияния на проблему;

-подавляющий изъявление других мыслей и чувств;

-выделяющийся из массы;

-тот, за кем хочется идти;

-тот, который настолько заметен и харизматичен, что слушаться его или нет – такого вопроса просто не возникает;

-имеющий максимально большое влияние на окружение;

-человек, способный преобразовать ситуацию на пользу себе и другим;

-тот, чьи качества управленца, администратора, организатора проявлены в большей, чем у других, степени.

### **5.Тест «Лидер ли я?»**

**Инструкция к тесту:** «Внимательно прочтите каждое из десяти суждений и выберите наиболее подходящий для вас ответ в буквенной форме. Работая с опросником, помните, что нет ни плохих, ни хороших ответов. Немаловажным фактором является и то, что в своих ответах надо стремиться к объективности и записывать тот ответ, который первым приходит в голову».

#### **Тестовый материал**

- 1.Что для вас важнее в игре?  
А)Победа.  
Б)Развлечение.
- 2.Что вы предпочитаете в общем разговоре?  
А)Проявлять инициативу, предлагать что-либо.  
Б)Слушать и критиковать то, что предлагают другие.
- 3.Способны ли вы выдерживать критику, не ввязываться в частные споры, не оправдываться?  
А)Да.  
Б)Нет.
- 4.Нравится ли вам, когда вас хвалят прилюдно?  
А)Да.  
Б)Нет.
- 5.Отстаиваете ли вы свое мнение, если обстоятельства (мнение большинства) против вас?  
А)Да.  
Б)Нет.
- 6.В компании, в общем деле вы всегда выступаете заводилой, придумываете что-либо такое, что интересно другим?  
А)Да.  
Б)Нет.
- 7.Умете ли вы скрывать свое настроение от окружающих?  
А)Да.  
Б)Нет.
- 8.Всегда ли вы немедленно и безропотно делаете то, что вам говорят старшие?  
А)Нет.  
Б)Да.

9. Удастся ли вам в разговоре, дискуссии, убедить, привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?

А) Да.

В) Нет.

10. Нравится ли вам учить (поучать, воспитывать, обучать, давать советы) других?

А) Да.

Б) Нет.

### **Обработка и интерпретация результатов теста:**

Подсчитать общее количество “А” и “В” ответов.

Высокий уровень лидерства - А = 7-10 баллов.

Средний уровень лидерства - А = 4-6 баллов.

Низкий уровень лидерства - А = 1-3 балла.

Преобладание ответов “В” свидетельствует об очень низком или деструктивном лидерстве.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Довольны ли вы полученным результатом?

2. Узнали ли для себя что – то новое?

## **6. Игра «Выборы царя зверей»**

**Цель игры:** Развитие умения работать в команде.

**Задачи:** Формирование толерантного, позитивного отношения к лидерам с различными личностными особенностями и стилями работы в группе.

**Время:** 30 - 40 мин.

**Материалы:** карточки с ролями, листы бумаги, ручки.

### **Ход игры:**

**Ведущий:** Сейчас мы с вами сыграем в сказочную игру, но с реальной жизненной ситуацией. Называется она «Выборы царя зверей».

**Вступление:** Как-то раз на лесной опушке, собрались все лесные зверушки... стали они обсуждать, кто будет льва заменять? Кто же из других зверей достоин чести сей?

Каждому из кандидатов нужно будет обосновать и аргументировано доказать: чем он отличается от других зверей и какие личные качества всех других важней (при каких условиях и ситуациях)?

**Ведущий:** Итак, нам понадобятся пять желающих на роль кандидатов царя-зверей.

### **Этап 1.** Распределение ролей.

Вышедшие участники вытягивают карточки лидеров претендентов (см. приложение к игре).

В списке кандидатов зарегистрировалось шесть лесных жителей (1 карточка запасная):

- 1) Лиса – хитра, дипломатична, находчива.
- 2) Заяц – скромн, застенчив, уступчив.
- 3) Медведь – силен, прямолинеен, настойчив.
- 4) Волк – храбр, спокоен, сдержан.
- 5) Муравей – трудолюбив, умен, умеет работать в команде.
- б) Сова – мудра, уравновешенна, нетороплива.

### **Этап 2.** Формирование группы поддержки (5 минут).

Ведущий: Сейчас каждому лидеру по очереди нужно набрать себе команду из оставшихся участников (других лесных жителей).

### **Этап 3.** PR-кампания (10 – 15 минут).

Ведущий: Сейчас каждому лидеру и его группе поддержки необходимо выполнить следующее:

–написать на листочке положительные черты, качества своего лидера в соответствии с выпавшей ролью (если вдруг группа считает, что у их кандидата только отрицательные качества, важно убедить посмотреть на эти черты с другой стороны и найти в минусах что-то положительное);

–продумать рекламный ролик своего кандидата (по времени не более 3 – 5 минут). Ролик может быть сделан в любом формате: интервью, представляющее героя; инсценировка, представление личных качеств кандидата; рисунок, шарж, с последующей театрализацией и комментариями; стихотворение, песня.

Важное условие: каждый член группы должен принимать участие в обсуждении и создании презентации. Время работы 10 минут.

**Этап 4.** Презентация рекламных роликов в течение 3 – 5 минут на каждую команду (если есть возможность, желательно снять этот этап на камеру)

### **Этап 5.** Дебаты между кандидатами (5 – 7 минут).

Ведущий: Главные кандидаты садятся в центр круга.

Сейчас у вас будет последняя возможность перед выборами показать, что вы лучший претендент на эту должность. Ваша задача – в течение 5 минут проявить себя в лучшем свете перед лесными жителями на этих дебатах.

Все участники группы поддержки садитесь, пожалуйста, во внешний круг, вы теперь становитесь наблюдателями.

### ***Этап 6.***Выборы (5 – 10 минут).

Ведущий:Итак, предвыборная кампания завершилась. Наступил день выборов. Каждая команда, скорее всего, хотела бы проголосовать за своего кандидата, считая его лучшим. Но у нас выборы будут организованы несколько иначе: команды должны будут обсудить и выбрать любого лидера, кроме своего, с кратким объяснением почему.

### ***Этап 7.***Подведение итогов. Объявление победителей.

#### **Вопросы для обсуждения:**

- 1.Что помогло выиграть выборы (вопрос победителю и группе поддержки)?
- 2.Что было сложнее всего в предвыборной борьбе? Почему?
- 3.Помогали Вам или мешали заданные роли?

### **7.Игра «Ведущий телепередачи»**

**Цель игры:** Развитие умения брать на себя ответственность.

**Задачи :**научиться планировать и реализовывать поставленные цели, работая в группе. Самораскрытие посредством творческой деятельности.

**Время:**20 – 30 мин.

**Материалы :**нет.

#### **Ход игры:**

Ведущий: Сейчас мы с вами отправимся на необычную телестудию, где вы сможете попробовать себя в роли телеведущего разных программ.

Остаемся в тех же подгруппах, как на «Выборе царя зверей» (по 5 – 6 человек). Вы побываете на нескольких передачах. На каждую программу команде необходимо выбрать телеведущего, без повторов участников.

#### ***Первая передача «Новости»***

Выбранному телеведущему нужно будет продумать и показать со всей своей группой сюжет новостей (сюжет может быть любым). Время на подготовку (5 минут).

Показ придуманных сюжетов (3 – 5 минут на каждую группу).

#### ***Вторая передача «Спорт»***

Телеведущему нужно будет продумать и показать утреннюю разминку в течение 3 – 5 минут. Ведущий может быть сам в роли тренера группы, а может быть в роли комментатора. Разминка должна включать в себя не менее пяти различных упражнений. Время на подготовку (5 минут).

Показ придуманных сюжетов (3 – 5 минут на каждую группу).

### ***Третья передача «Самый умный»***

Телеведущие выходят в центр, а оставшиеся участники являются группой поддержки, которые могут помочь своему руководителю получить дополнительные баллы.

В течение 3 минут вам нужно написать как можно больше простых предложений, состоящих из трех слов, каждое слово которого начиналось бы на букву «Л» (например: «Ласточки любят лето»). После объявления предложений может добавлять свои варианты группа поддержки.

### ***Четвертая передача «Про животных»***

Телеведущему нужно будет продумать и показать со всей своей группой пантомиму из жизни животных. Время на подготовку (5 минут).

Показ придуманных сюжетов (3 – 5 минут на каждую группу).

### ***Пятая передача «Культура»***

Телеведущему нужно будет продумать и показать со всей своей группой сюжет на любую тему музыка, архитектура, живопись. Время на подготовку (5 минут).

Показ придуманных сюжетов (3 – 5 минут на каждую группу).

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Сложно ли было в роли телеведущего (продумывать, организовывать и реализовывать свои сценарии)?
2. Кто из телеведущих вам понравился больше всего, почему?
3. При обсуждении и планировании сценария трудно ли было договориться между собой?
4. Что вы делали для того, чтобы прийти к сотрудничеству и взаимопониманию в группе?

### **Завершение**

#### **8. Упражнение «Свеча»**

**Цель:** получение обратной связи.

**Время:** 10 мин.

**Материалы:** свеча.

**Ход упражнения:** Участники встают в круг и передают друг другу зажженную свечу и при этом отвечают на следующие вопросы: «Что нового вы узнали? Что запомнилось на занятии больше всего? Какие чувства вызвали эти события?».