

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1  
ИМ. З.Я. ЛАВРОВСКОГО СТАНИЦЫ ЛЕНИНГРАДСКОЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКИЙ РАЙОН

# ТРЕНИНГ

**по выявлению лидерских качеств**

**Разработала:** Баева Н.Н.,  
Директор МАОУ СОРШ №1

## **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 оставаться 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**

### **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.

## **Основная часть**

### **1. 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.

## **2.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.

### **3. 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 важнее (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?

#### **4. 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 выбирать 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?