Апрель 2016 года

КОММУНАЛЬНОЕ ВНЕШКОЛЬНОЕ УЧЕБНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОНЕЦКИЙ ОБЛАСТНОЙ
ДЕТСКО-МОЛОДЕЖНЫЙ ЦЕНТР

Проверенные рецепты

Методический журнал для детских и молодежных общественных организаций Донецкой области

Содержание

Название раздела	*Страница*
Направление «Организация»	
Навчальні гуртки як технологія соціальних змін: огляд онлайн-посібника ГУРТа.	3
Направление «Медиа»	
Инфографика. Основные принципы и правила.	6
Форма и цвет данных: автостопом по инфографике.	8
Ключевые ресурсы для идей и экспериментов.	9
Направление «Патриотизм»	
Скаутинг: Виховна система.	10
Направление «Лидерство»	
«Принимая себя, я принимаю других!!!»	15
Направление «Креатив»	
Тренинг развития креативности и творческих способностей.	21
Список упражнений для развития креативности.	22
Контактная информация	26

Направление «Организация»

Навчальні гуртки як технологія соціальних змін: огляд онлайн-посібника ГУРТа.

Якщо вас цікавлять питання освіти дорослих і впровадження позитивних змін у вашій громаді, онлайн-посібник Ресурсного центру ГУРТ «Навчальні гуртки», безперечно, стане вам у нагоді.

У ньому **стисло й структуровано викладено інформацію про принципи організації навчальних гуртків**, залучення учасників, їх координацію, розробку навчальних матеріалів, проведення занять та оцінку результатів. Практичні рекомендації допоможуть **ефективно впроваджувати систему неформальної освіти в громаді**, досягаючи якомога більшого ефекту.

Історія неформального навчання дорослих нараховує понад 150 років. На початку XIX століття ця концепція почала набирати обертів у Швеції, що призвело до появи перших освітніх гуртків такого типу. Вже в XX столітті неформальне навчання дорослих **відігравало важливу роль у наданні дорослим людям знань, навичок і можливостей бути почутими**.

На сьогодні концепція навчального гуртка як технології освіти дорослих дуже популярна не тільки в Швеції, але й в інших країнах світу.

Навчальні гуртки відмінні від традиційного навчання, яке спирається на ієрархічну модель, де викладач поширює знання згори донизу. Натомість, у навчальних гуртках **навчання базується на взаємодії, коли кожен член робить свій внесок у навчальний процес**.

У гуртку робота побудована на пошуку знань відповідно до потреб та інтересів учасників. **Вона спирається на демократичні цінності**, а обмін особистим досвідом й аналітичний підхід є провідними чинниками. Навчання безпосередньо залежить **від активного внеску членів гуртка у його планування та проведення**.

Навчальний гурток – це невелика група людей, які протягом певного періоду **регулярно зустрічаються й проводять заняття під керівництвом узгодженого організаторами керівника**. Основними чинниками ефективного навчання є **досвід і навички членів гуртка**, навчальний план або спеціально складений навчальний матеріал, добре поінформований та підготовлений ведучий.

Освітню методику у навчальних гуртках можна охарактеризувати кількома **основними принципами**

1) **Рівноправність і демократичність.** Робота у гуртку базується на принципі рівності учасників. Демократичність і демократичні цінності є істотними для роботи у гуртку. У ньому завжди повинна бути неформальна атмосфера. Завдання керівника гуртка – пожвавити діалог, тобто обмін думками та інформацією.

2) **Набутий досвід і співробітництво.** Ознаками, що вирізняють роботу гуртка серед інших навчальних методик, є співробітництво й товариські стосунки між його членами. Учасники допомагають один одному, а не змагаються між собою. Вони діляться один із одним своїми успіхами та досягненнями.

3) **Незалежність і право гуртка встановлювати свої цілі.** Мету навчання у гуртку визначають його члени, і вона мусить орієнтуватися на їхні потреби та бажання. Саме члени гуртка несуть відповідальність за те, як вони працюють і як відбуваються заняття. Відповідальність ніколи не може бути перекладена на інших без серйозного втручання у незалежність гуртка.

4) **Послідовність, планування та активна участь.** Послідовність означає, що навчання повинне бути організованим і спланованим. Члени гуртка мають активно долучатися до роботи. Активний внесок учасників – це основа, на якій ґрунтується метод навчання у гуртку.

5) **Різноманітність та активність дій.** Навчання у гуртку не буде успішним, якщо його члени лише зацікавлені у навчанні як такому.

При створенні груп потрібно враховувати, щоб чим менше людей, тим більше шансів для активної участі усіх членів. У протилежному випадку не буде співробітництва, загальної відповідальності, тому не вийде гуртка як такого. З іншого боку, **група не повинна складатися менше, ніж з п'яти осіб,** оскільки серйозну розмову важко підтримувати у надто маленьких групах.

Навчальні гуртки при їх широкому впровадженні відіграють важливу роль у поширенні знань і посиленні організаційної спроможності громад.

Увага! Користуватися онлайн-посібниками Ресурсного центру ГУРТ можуть тільки зареєстровані користувачі порталу. Всі елементи схем активні. Натискайте на цікавий для вас розділ та отримуйте чітку й структуровану інформацію. Для того, щоб усі елементи тулкітів відображалися коректно, будь ласка, не використовуйте браузер Internet Explorer.

Вікторія Бересток, *керівник творчого об'єднання Донецького обласного дитячо-молодіжного центру.*

Джерело: http://www.gurt.org.ua/

Направление «Медиа»

Инфографика. Основные принципы и правила.

Инфогра́фика (от лат. informatio — осведомление, разъяснение, изложение; и др.-греч. γραφικός — письменный, от γράφω — пишу) — это графический способ подачи информации, данных и знаний, целью которого является быстро и чётко преподносить сложную информацию

Что обязательно должно быть в инфографике:

- Идея
- Информативный заголовок
- Центральная фигура, вокруг которой и будет строиться инфографика
- Используете в инфографике опрос, укажите в уголке информацию о том, сколько человек приняло в нем участие и кто проводил исследование.

Текста на инфографике не должно быть много. Не пишите его мелким шрифтом.

Инфографику (как собственно любой сюжет, кроме экстренных поводов) надо планировать.

Заранее можно спланировать создание инфографики, посвященной каким-либо датам, юбилеям, праздникам. К примеру, «на носу» 8 марта, не следует делать инфографику на эту тему вечером 7 марта. Спланируйте и создайте ее заранее. Планирование дает дополнительное время на качественную работу.

Что вы хотите рассказать статьей/графиком?

Совпадают ли цифры в статье и в графике? (всегда проверяйте данные).

Если вместо текста проще и понятнее сделать график, может, стоит его сделать?

<u>График ради графика рисовать нельзя.</u>

Если всю инфографику можно заменить одним предложением, смысла в такой картинке нет.

“Нет” сложным графикам! Главное, чтобы было понятно!

Всегда задавайте себе вопрос: в сравнении с чем?

Полезные советы:

1. Построение: В инфографике должно быть ядро — центральная фигура, вокруг которой строится вся информация. Отсекайте ненужное. Пишите объяснения прямо рядом с деталями, если места на рисунке или графике не много, используйте стрелки.

2. Наполнение. Самое главное в инфографике не врать! Должно быть проверено все: размеры, измерения, данные. Так же строго соблюдайте все масштабы – это важно.

3. Работа с картинкой. Создавая инфографику избегайте одинаковых по размеру горизонтальных и вертикальных блоков. Это визуально загромождает пространство и выглядит не очень красиво. Не увлекайтесь ассиметричными фигурами.

4. Экономьте место. Если текст к картинке можно написать прямо на ней, пишите его на ней.

5. Работа с мелкими деталями. Мелочи должны быть понятны.

6. Соблюдайте стилистику. Смешивание стилей часто выглядит безвкусно.

7. Сомневаетесь в необходимости определенного элемента инфографики и не может просто его объяснить? Удаляйте.

8. Используйте фото в инфографике, если они наглядно показывают случившееся или дают ответы на вопросы: Что? Кто? Когда? Зачем?

Распространенные ошибки:

1. Простая информация показывается в сложной схеме за счет карт местности и стильных картинок.

2. Простые графики, более понятные в стандартном формате, усложняются за счет рисунка.

3. Искажение графиков. Вместо простых рисуют 3D – “красота в ущерб понятности”.

4. Некорректное, не совсем понятное использование измерений.

5. При сравнении людей часто вместо количества человек дизайнер увеличивает одного человечка, что только искажает точные данные, таким же образом иногда изображают рост чего-то.

Форма и цвет данных: автостопом по инфографике.

Набросок. Инфографика, вне зависимости от ее тематики – это симбиоз графического дизайна и журналистики. Подготовьте основу (т.н. “скелет”) будущей графики, сгруппируйте релевантные данные и информационные потоки с помощью блок-схемы, которая поможет связать все воедино и упростит восприятие законченной работы.

Цветовая кодировка. Цветовая схема – эдакий боец невидимого фронта. Грамотно продуманная цветовая схема упорядочивает восприятие даже самой сложной инфографики, и с помощью “правильных” цветов вы сможете управлять вниманием читателя. Вы можете использовать 2, 3 или даже 10 цветов, но приписать их к определенным категориям данных до начала дизайнерской работы – одна из самых важных частей процесса

Графика. Графика делится на два типа: тематическую и намекающую. Первый тип является ключевым и позволяет за считанные секунды понять, какого рода информация заключена в той или иной инфографике. Тем не менее, если инфографика построена на серьезных статистических данных, более уместна референтная графика: иконки, обозначения и т.п., которые выступают как такие себе дорожные указатели – не столь эффектные, как в случае с тематической графикой, но всегда по делу.

Фактаж. Безусловно, вся информация, лежащая в основе графики, должна быть достоверна и актуальна – именно поэтому мы оперируем термином “журналистика”. Любая инфографика – это, прежде всего, исследование (журналистское расследование). Оптимальное соотношение объема графики и фактов 1:1. Еще один важный фактор – ваша целевая аудитория. Именно от уровня ее “подкованности” должна зависеть сложность создаваемой работы.

Расстановка акцентов. Если у вас концентрическая инфографика, то самый важный контент, как визуально, так и фактически, лучше разместить в центре. Если ваша инфографика горизонтальная, то ее левый и правый край – начальная и конечная точка читательских выводов и мыслей, так что хорошо, если вы этим воспользуетесь и используете их соответственно. Очень важен правильный выбор цветов и картинок, потому что нельзя показывать статистику эксплуатации детского труда в нежных тонах желтого нарцисса, это неправильно, потому что желтый цвет ассоциируется с радостью и счастьем, т.е. чем-то, чем детский труд не является.

Наконец, инфографика может быть настолько простой или сложной, насколько вы этого хотите. Хорошая инфографика не должна вводить в заблуждение или заставлять чувствовать себя идиотом, помните об этом! Поставьте себя на место людей, которые будут ее использовать, и тогда вы сделаете отличную инфографику.

Ключевые ресурсы для идей и экспериментов

Лучшие блоги и сайты, посвященные инфографике

Visual.ly – самая знаменитая сеть для обмена и и создания инфорграфики.

Visualizing.org – информация, дизайн и все, что с ними связано.

Daily Infographic – новая инфографика каждый день.

GOOD Infographics – секция инфографики при проекте с многозначительным названием GOOD.

Information Is Beautiful – визуализация информации, идей и других данных.

FlowingData – исследование того, как дизайн и наука изображают данные.

Datastore / Datablog – информационная журналистика от Guardian.

Infographics Archive – визуальная библиотека.

Visual Loop – очень оживленный “тумблер” с инфографикой.

Infographr – все про инфографику.

Newsilike – индийский блог об инфографике.

Video Infographics – видеоинфографика, которая объясняет, обучает или информирует.

Datavisualization.ch – новостной и информационный портал, посвященный визуализации данных.

VisualJournalism – 80% новостей, поданных в виде информационной графики.

Amazing Infographics – “восхитительная инфографика”, что тут еще скажешь?

Submit Infographics – делитесь и оценивайте инфографику.

The Infographics Showcase – обзоры инфографики.

Well Formed Data – авторский блог, посвященный инфографике.

Best Infographics и Infographic List – постоянные новинки для любителей инфографики.

От себя добавим русскоязычный ресурс Вме100слов – блог о информационном дизайне, журналистике данных и инфографике.

Александр Шеремет, *руководитель творческого объединения Донецкого областного детско-молодежного центра*

По материалам: http://blog.aweb.ua/ zhurnalistika.net

Направление «Патриотизм»

Скаутинг: Виховна система

"Скаутинг - це ліки, що складається з різних інгредієнтів, і, поки вони не змішані в правильних пропорціях відповідно до рецепту, пацієнт не повинен звинувачувати лікаря, у разі, якщо наслідки незадовільні. "
Баден Пауел, Джемборі, 1922 р

Рух самовиховання для молодих людей

Скаутинг - це рух самовиховання для молодих людей. Скаутський Рух складається з Національних Скаутських Організацій, які включають в себе індивідуальних членів. Індивідуальні члени - це діти, підлітки та молодь, яким служить Скаутинг, а також дорослі, які беруть участь в ньому. Діяльність дорослих сприяє розвитку молодих членів Скаутингу.

Мета Скаутингу

У всьому світі члени Всесвітньої Організації Скаутського Руху (ВОСР) об'єднані загальною активною прихильністю Скаутської Цілі, яка визначена як сприяння молодим людям в повному розвитку їх фізичних, інтелектуальних, емоційних,соціальних і духовних здібностей як індивідуумів і як членів суспільства. Цілі Скаутингу дозволяє ВОСР внести певний внесок у вдосконалення навколишнього світу.

Принципи Скаутингу

Де б не знаходилися Скаути, чим би не займалися, вони завжди віддані Принципів,на яких заснований Скаутинг. Ці Принципи утворюють:

- систему моральних цінностей Організації, які визначають сутність Скаутського Руху;
- сукупність особистісних цінностей, які сповідує кожним членом Скаутського Руху.

Скаутський Метод

Всі члени Руху в рівній мірі слідують по шляху, який пропонує Скаутинг для особистісного розвитку молоді.

Скаутський Метод - це багатогранна виховна система, що складається з елементів,які діють разом саме як Система, що забезпечує молоді насичену за змістом і активну за формою середу пізнання світу і себе в цьому світі.

Для того щоб Скаутинг досяг своєї Виховній Цілі, він в цілому повинен забезпечувати такі загальні умови, які характеризують Скаутський Рух як:

1. Рух для молодих людей, більшою мірою орієнтований на підліткову вікову групу.

2. Рух молодих людей, які підтримуються дорослими. Молодих членів Руху підтримують дорослі, основна роль яких - забезпечення необхідних умов для розвитку молоді, сприяння її самовихованню. Діти, підлітки та молоді люди, будучи членами Скаутського Руху, діють в дусі партнерства спільно з дорослими.

3. Рух, відкритий для всіх. Членство в скаутському русі відкрите для всіх, хто згоден бути вірним його Цілі, Принципу і Методу.

4. Добровільний Рух. Всі члени Скаутського руху - діти, підлітки, молодь і підтримуючи їх дорослі - вступають в нього по своїй власній волі.

5. Неполітичний рух. Скаутинг є неполітичним в тому сенсі, що він не залучений в боротьбу політичних партій за владу.

6. Незалежний Рух.

7. Рух, який доповнює інші форми виховання. Скаутинг - це неформальний виховний Рух.

8. Рух, необхідний для молоді та підлітків.

Наведемо кілька пунктів, що пояснюють, чим не є Скаутинг:

♦ ⇔ це не благодійна громадська організація, яка існує, для того, щоб приносити користь бідним дітям;

♦ ⇔ це не школа, що має певний навчальний план, стандарти досягнення ний;

♦ ⇔ це не група функціонерів або приватних осіб, зайнятих нав'язуванням «мужнього» хлопчикам і дівчаткам;

♦ ⇔ це не "шоу", де зовнішні результати досягаються через оплату за заслуги значками, медалями і т.п .

Мета Скаутингу

Відповідно до виховної філософією Скаутингу, кожна особистість народжена з унікальним потенціалом, який може бути розвинений в конструктивному напрямку.

Реалізація цього потенціалу включає розвиток всіх здібностей особистості - фізичних, інтелектуальних, емоційних, соціальних і духовних.

Якщо виховання - це процес, що триває все життя, то, очевидно, що Скаутинг не може повністю розвинути чийсь потенціал у всіх сферах. Скаутинг може просто супроводжувати кожного Скаута якийсь час по шляху його (або її) розвитку і допомагати кожній особистості розвинути внутрішні ресурси. А потім людина буде продовжувати розвиватися

без допомоги Скаутингу.

Конструктивний напрям: принципи Скаутингу

У кожного руху, як і у кожної організації є ряд фундаментальних принципів, які лежать в основі мети їх існування і визначають напрями їх розвитку і те, що воно робить для досягнення своєї мети.

Як виховний Рух, Скаутинг, безсумнівно, несе соціальну відповідальність

перед молодими людьми, яким він служить, перед сім'ями, які довіряють своїх дітей скаутському руху, і перед світом в цілому.

Цілі виховання зрозумілі: виростити автономну, готову допомогти іншим, відповідальну і ідейну особистість, і члена суспільства.

Борг по відношенню до себе

Кожна особистість повинна розвивати свою автономність і приймати на себе відповідальність за свої дії. Це означає:

• прийняття відповідальності за свій власний розвиток (фізичний, інтелектуальний, емоційний, соціальний і духовний);

• прагнення жити таким чином, щоб поважати себе як особистість, (тобто піклуватися про своє здоров'я, відстоювати свої права як людини і громадянина, приймати рішення, в правильності яких переконаний).

Борг перед іншими

У широкому сенсі - це відповідальність особистості по відношенню до всього матеріального, що не є твої "Я". Це означає:

Визнання того, що ти не є єдино важливим на Землі, що у кожного

є права, почуття, надії, потреби та ін.;

Прийняття до уваги способу життя, яким живуть оточуючі люди;

Визнання того, що люди взаємозалежні, тобто, ніхто не може жити в ізоляції від інших. Кожен має потребу у взаєминах з іншими для того, щоб відбутися як особистість, і все можуть отримати користь з того, що кожна людина привносить в світ.

Борг перед Богом

Кожна особистість несе відповідальність за пошук того, що вище, ніж людство. Це включає прагнення:

До духовної реальності, яка надає сенс життя людини;

До розкриття сенсу духовних цінностей;

До організації повсякденного життя відповідно до цих цінностями.

Напрямок розвитку в кожній сфері

Скаутські Принципи визначають напрямки розвитку молодої особистості в кожному з аспектів, тобто фізичному, інтелектуальному, емоційному, соціальному і духовнім.

Фізична сфера. Розвиток здатності до:

• координації своїх дій і процесів мислення (психомоторні навички);

• відповідальності за зростання, функціонування і здоров'я свого тіла;

• усвідомлення меж своїх фізичних можливостей.

Інтелектуальна сфера. Розвиток здатності до:

• задоволенню інтересів, вирішенню проблем і адаптації до різних ситуацій адекватним способом за допомогою власної ініціативи, вмілого поводження з інформацією і творчого мислення;

• сприйняття зв'язків і взаємин між явищами, подіями, поняттями, ідеями та ін.;

• розвитку сприйнятливості до інших аспектів реальності (наприклад, розуміння різних поглядів на світ, розуміння культурних, релігійних, вікових питань, і питань, пов'язаних зі статевими відмінностями та ін.;

• формування власних самостійних суджень;

• оцінці речей, передбачення результатів власних рішень і дій при збереженні свободи волі.

Емоційна сфера. Розвиток здатності до:

• визнання і вираження почуттів і емоцій;

• контролю над своїми почуттями та емоціями.

Соціальна сфера. Розвиток здатності до:

• уважного слухання інших людей;

• формулювання свої думки ясним чином;

• сприйняття інших як людей, що мають в усьому рівні права;

• усвідомлення взаємозалежності членів суспільства, а також природного світу;

• співпраці, підтримки і лідерства;

• активної і конструктивної ролі в житті суспільства і сприяння поліпшення якості життя для всіх;

• заохочення справжніх взаємин, розуміння культури інших, долаючи упередження і дискримінацію;

• щирого виконання загальноприйнятих правил.

Духовна сфера. Розвиток здатності до:

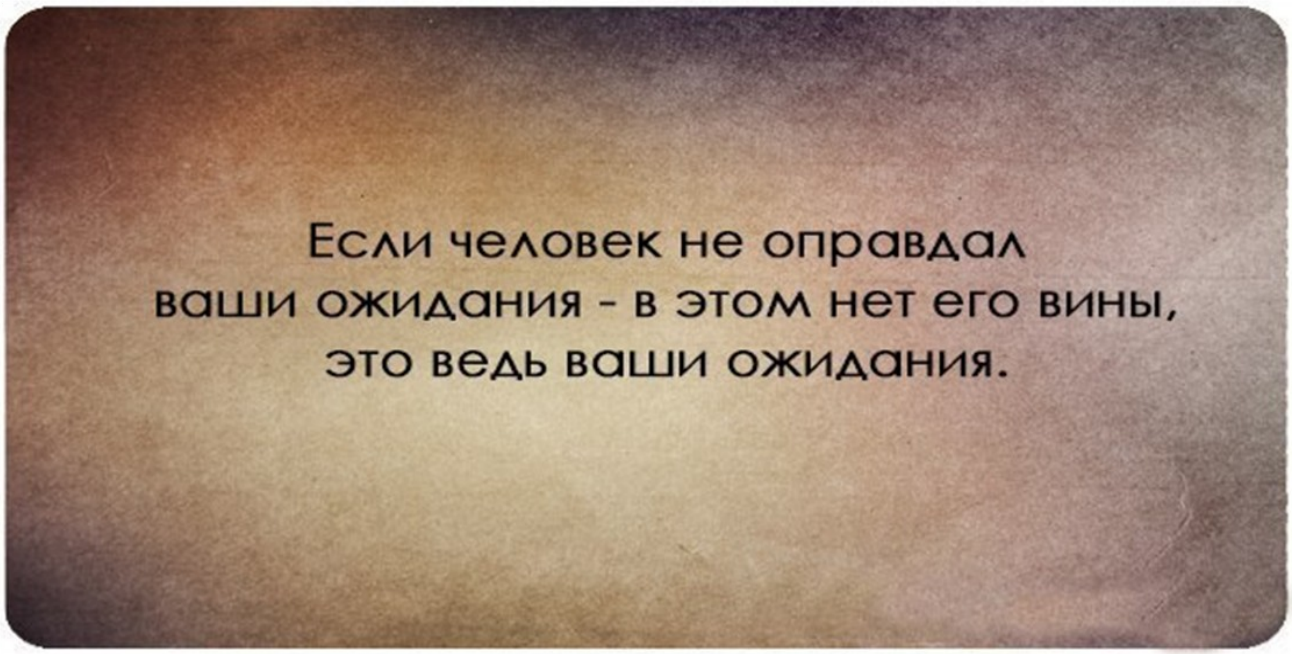
- визнання і осмислення духовного аспекту, того, що знаходиться за межами людського розуміння;
- дослідження духовної спадщини свого народу;
- розуміння вірувань, життя і звичаїв інших світових релігій;
- інтеграції духовних цінностей у власну повсякденне життя.

Тетяна Трашутіна, *керівник творчого об'єднання Донецького обласного дитячо-молодіжного центру.*

Направление «Лидерство»

“Принимая себя, я принимаю других!!!”

Как часто мы ждем от других правильных решений и действий, нужных слов и поступков? Как сильно разочаровываемся, когда не получаем ожидаемого? А должен ли кто-то соответствовать нашим ожиданиям и стандартам? Тем стандартам, которыми пытаемся мерить всех вокруг? Тем стандартам, которые возможно даже не наши, а также навязанные нам извне?



Жить в стремлении соответствовать ожиданиям других также глупо, как варить яйца ради бульона. Подумайте, что же случиться если вы позволите себе стать собой , а другим стать другими. Не поверите, но это кардинально изменит Вашу жизнь и приведет вас к значительным переменам.

Позволь себе быть собой, а другим быть другими.

Но давайте по порядку. Во-первых, что значит ПРИНЯТЬ СЕБЯ, БЫТЬ СОБОЙ?

Возможно, для Вас это станет открытием, но общество, рекламные компании, наше окружение предлагают нам ту роль, в которой они хотят нас видеть. Навязывают нам мечты, цели, желания.

Предлагают купить то, что на самом деле нам совершенно не нужно.

Для нас создают видимость выбора, которого совершенно нет: мы берем то, на что нам ткнули пальцем.

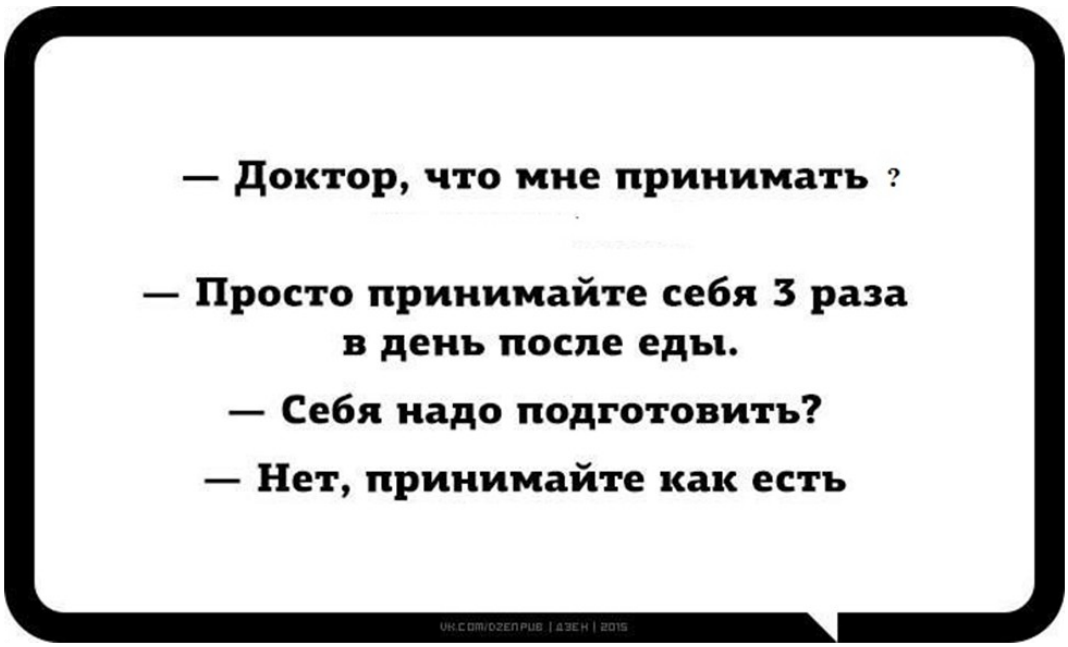
Мы наивно полагаем, что это свобода воли, хотя если присмотреться по внимательней, то можно рассмотреть давление, прикрытое манипуляцией «будь как все»

Понаблюдайте за собой, за своими желаниями, чувствами, мыслями. Спросите себя это действительно Ваше или чужое? Порой такие вопросы меняют жизнь. Основное это избегать фанатизма. Не стоит слепо следовать за какой-либо идей или призывом.

Быть собой – это значит позволить себе выбирать. Выбирать цели и желания, друзей и любимых, работу и хобби. Выбирать счастье. Ведь у каждого свое счастье. А для того, что бы быть счастливым – необходимо быть собой, а не шаблоном чьих то стереотипов.

Быть собой – не значит отказаться от морали, совести, традиций, норм поведения. Человеком необходимо быть всегда. Здесь речь идет о другом – об осознанном выборе всего, из чего состоит ваша жизнь.

Одна медсестра, которая ухаживала за теми скоро умрет, спрашивала их о том , что бы они изменили в своей жизни , если у них появился такой шанс? Удивительно, но все они жалели о том, что не жили так как им хотелось. И не делали того, о чем искренне мечтали. Все они большую часть жизни тратили на то что бы соответствовать чьим-то ожиданиям, оправдать чьи-то надежды, подстроиться под кого-то. Итак, если вы не хотите потом о чем то жалеть, то позвольте себе быть собой.



«Мы каждый день идем на работу, которую ненавидим, для того что бы приобрести то, что нам совершенно не нужно, что бы нам завидовали люди на которых нам наплевать! Что быть не хуже других! Быть, как все!» - по этому принципу живет большинство из нас. Думаете это плохо? Нет. Просто эти люди доверили свой выбор другим, они переложили на них ответственность. Это обмен свободы на возможность не думать. А те, которые делают выбор за нас, делают его в свою пользу, используя приобретенные полномочия себе во благо.

Согласитесь, свобода в обмен на возможность не думать - не самый равноценный обмен. Не равняйте себя по другим, не стремитесь быть кем то. У каждого свой неповторимый путь. И вы сами должны пройти его без подсказок из зала.

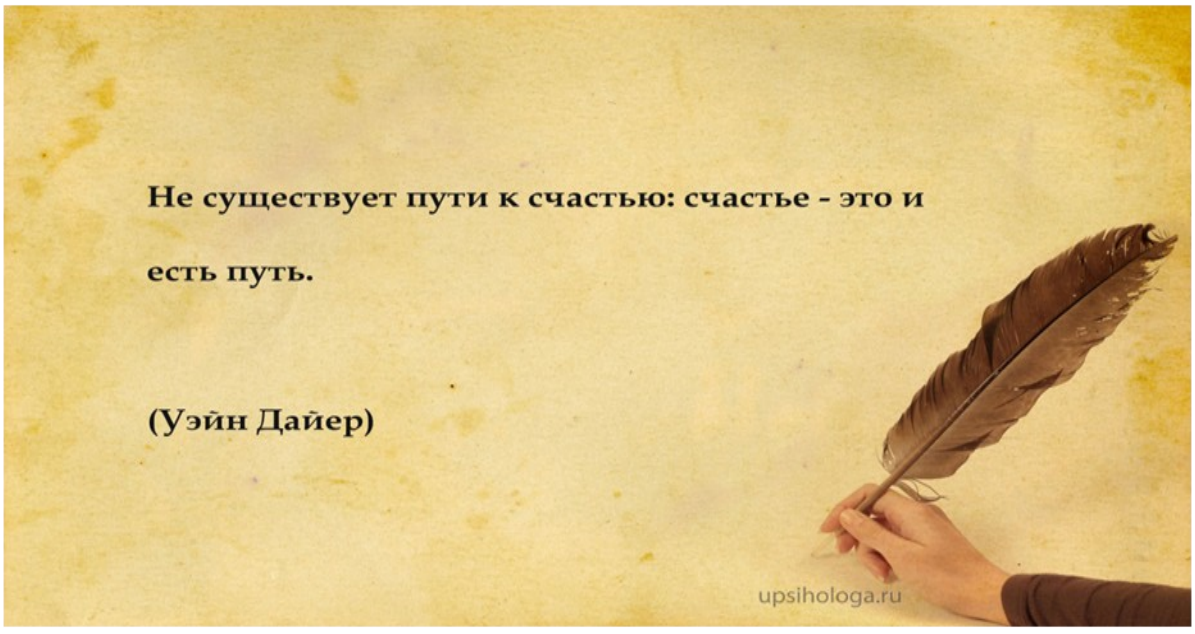
Если вы хотите жить свободно, если вы хотите быть счастливым человеком - позвольте себе быть собой.

Будь те собой, изучайте свои наклонности и желания, способности и таланты.

Не зацикливайтесь на своих недостатках. Очень часто недостаток, который не дает Вам покоя другие люди даже не замечают. А если и заметят-, то не придадут этому никакого значения , так как многие думают лишь о себе.

Если мы не можем что-то изменить, то стоит смириться с этим. Лучше не терзать себя всю жизнь, а использовать наши лучшие качества - и тогда недостатки уйдут в тень.

Сконцентрируйтесь на своих достоинствах. Любите себя такими, какие вы есть. Ведь Вы уникальны. В конце концов проведите следующие упражнение.



Упражнение «Ода о себе»

Возьмите лист бумаги. Успокойтесь, расслабьтесь, при необходимости посмотрите на себя в зеркало. Напишите себе хвалебную оду. Хвалите себя! Желайте себе добра, здоровья, успехов в делах, работе. Любви и всего остального. Форма изложения – небольшие предложения из 5-10 слов в прозе или в стихах. Напишите себе несколько од. Выберите из них ту, которая нравиться больше всего. Красиво перепишите, если можно – поместите в рамочку и повесьте (поставьте) на видном месте. Каждое утро прочитывайте эту оду вслух или мысленно. Почувствуйте, как при чтении оды у вас повышается настроение, жизненный тонус, как вы наполняетесь жизненными силами, и окружающий мир становится светлым и радостным.

ПОЗВОЛЬ ДРУГИМ БЫТЬ ДРУГИМИ

Давайте пройдем не большой тест .

Инструкция. Внимательно прочитайте (прослушайте) утверждения опросника. Если вы считаете, что согласны с данным утверждением и оно соответствует вашему представлению о себе и других людях, то отметьте степень вашего согласия с ним, используя предложенную шкалу:

5 - практически всегда;

4 - часто;

3 - иногда;

2 - случайно;

1 - очень редко.

Вопросник.

1. Людей достаточно легко ввести в заблуждение.
2. Мне нравятся люди, с которыми я знаком(а).
3. В наше время люди имеют очень низкие моральные принципы.
4. Большинство людей думают о себе только положительно, редко обращаясь к своим отри-цательным качеством.
5. Я чувствую себя комфортно практически с любым человеком*.
6. Все, о чем люди говорят в наше время, сводится к разговорам о фильмах, телевидении и других глупых вещах подобного рода.
7. Если кто-либо начал делать одолжение другим людям, то они сразу же перестают уважать его.
8. Люди думают только о себе.
9. Люди всегда чем-то недовольны и ищут что-нибудь новое.
10. Причуды большинства людей очень трудно вытерпеть.
11. Людям определенно необходим сильный и умный лидер.
12. Мне нравится быть в одиночестве, вдали от людей.
13. Люди не всегда честно ведут себя с другими людьми.
14. Мне нравится быть с другими людьми*.

15. Большинство людей глупы и непоследовательны.
16. Мне нравится быть с людьми, чьи взгляды отличаются от моих*,
17. Каждый хочет быть приятным для другого*.
18. Чаще всего люди недовольны собой.

Ключ к методике диагностике принятия других В. Фейя (Фея) и обработка результатов. Подсчитывается сумма баллов, набранная испытуемым. По суждениям отмеченным звездочкой (*) баллы подсчитываются в обратном порядке, т.е. 5 соответствует 1; 4 – 2; 3 – 3; 2 – 2 и 1 – 5. Интерпретация результатов теста Фейя (Фея). 60 баллов и больше - высокий показатель принятия других; 45-60 баллов - средний показатель принятия других с тенденцией к высокому 30-45 баллов - средний показатель принятия других с тенденцией к низкому; 30 баллов и меньше - низкий показатель принятия других.

Позвольте другим быть другими! Разрешите окружающим вас людям быть не идеальными.

Ведь никто, подчёркиваю, **никто в этом мире не обязан соответствовать нашим ожиданиям.** Все мы не идеальны. Так какой смысл концентрироваться на чужих недостатках? Ведь у каждого из нас есть так много хороших качеств! Если мы будем стараться замечать в других людях хорошее, то этого хорошего будет становиться всё больше, а ваши нервы не будут страдать из-за того, что кто-то не идеален.

Кто-то болтлив, кто-то зануден, кто-то ленив. Этот список можно продолжать до бесконечности. Чего же можно добиться, если обращать внимание на эти недостатки окружающих нас людей? Мы всегда получаем всё то, на чём концентрируемся. Видите в других только недостатки - получите, распишитесь, окружающие вас люди будут нервировать вас ещё больше. **Но когда мы обращаем внимание на чьи-то хорошие черты, то эти черты в человеке проявляются всё чаще и чаще.**

Только представьте, сколько негатива вы сможете избежать, если будете со снисхождением относиться к чужим недостаткам. Когда вы понимаете, что никто не обязан соответствовать вашим ожиданиям, то ваша жизнь претерпевает значительные изменения, и это не просто слова. Замечая в людях хорошее, мы словно раскрашиваем свою жизнь в позитивные цвета. Больше нет обид и раздражения. Жить становится легко!

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Позволь себе быть собой, а другим быть другими - это то, что способно кардинально изменить вашу жизнь в лучшую сторону. Когда это правило станет вашей привычкой, то вы с недоумением будете смотреть назад в прошлое. Ибо вы в полной мере осознаете всю абсурдность того, что было раньше. Просто примените это правило несколько раз и отследите результаты. Вы всё поймёте сами.

Наталья Запишная, *руководитель творческого объединения Донецкого областного детско-молодежного центра.*

Направление «Креатив»

Тренинг развития креативности и творческих способностей.

Креативность (от англ. create - создавать, англ. creative - созидательный, творческий) - творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от традиционных или принятых схем мышления и входящие в структуру одаренности в качестве независимого фактора, а также способность решать проблемы, возникающие внутри статичных систем.

Согласно авторитетному американскому психологу Абрахаму Маслоу это творческая направленность, врожденно свойственная всем, но теряемая большинством под воздействием среды.

Творчество - это деятельность, результатом которой является создание новых материальных и духовных ценностей. Будучи по своей сущности культурно-историческим явлением, творчество имеет психологический аспект: личностный и процессуальный.

Оно предполагает наличие у личности способностей, мотивов, знаний и умений, благодаря которым создается продукт, отличающийся новизной, оригинальностью, уникальностью.

Изучение этих свойств личности выявило важную роль воображения, интуиции, неосознаваемых компонентов умственной активности, а также потребности личности в самоактуализации, раскрытии и расширении своих созидательных возможностей.

Креативность (от лат. - созидание) - это способность человека порождать необычные идеи, оригинальные решения, отклоняться от традиционных схем мышления.

Креативность является одним из компонентов творческой личности и не зависит от эрудиции. Людей, обладающих высоким уровнем креативности, называют креативами.

Как считает ряд ученых, в проявлении креативности, а точнее - дивергентного мышления, являющегося основой креативности, роль генетического фактора в отличие от средового невелика.

Основные черты, характерные для креативных личностей, это сознательность, ответственность, упорство, чувство долга, высокий контроль над поведением и эмоциями, решительность, предприимчивость, склонность к риску, социальная смелость ИТ. д.

Развитие креативности идет по следующему механизму: на основе общей одаренности под влиянием микросреды и подражания формируется система мотивов и личностных свойств (нонконформизм, независимость, мотивация самоактуализации), и общая одаренность преобразуется в актуальную креативность, т. е. креативность - это синтез одаренности и определенной структуры личности.

Препятствуют проявлению креативности низкий интеллект, нейротизм и тревожность.

Цель, задачи, материалы

Цель: осознание креативности в себе и ее развитие. (Развитие способности участников находить новые нестандартные (креативные) решения задач; налаживание коммуникативных связей внутри группы.)

Задачи: осознание и преодоление барьеров для проявления и развития творческого мышления, осознание характеристики креативной среды, формирование навыков и умений управления творческим процессом.

Материалы: бумага, ножницы, карандаши, модели предметов, мяч, газеты.

Этапы работы:

Разогрев

Упражнение " Перекинь мяч".

Цели: вербальное и невербальное общение сближает членов группы. Оно направлено на раскрепощение членов группы, установление контактов друг с другом и поиск быстрого решения поставленной задачи.

Материалы: мяч. Время: 2-5 минут.

Процедура: участники стоят в тесном кругу, им дается небольшой мяч (размером приблизительно с теннисный) и формулируется задание: как можно быстрее перекинуть этот мяч друг другу так, чтобы он побывал в руках у каждого. Ведущий фиксирует потребовавшееся на это время. Оптимальное число участников в кругу от 6 до 8; при большем их количестве целесообразно выполнять упражнение в нескольких подгруппах. Упражнение повторяется 3-4 раза, ведущий просит делать его как можно быстрее. Когда затраты времени доведены примерно до 1 с на каждого участника, ведущий просит изобрести и продемонстрировать способ, которым можно перекинуть мяч так, чтобы он побывал в руках у каждого, потратив лишь 1 с на всю группу. Обычно через некоторое время участники придумывают и демонстрируют соответствующее решение. (Оно состоит в том, что все они ставят сложенные "лодочкой" руки друг над другом и поочередно разводят ладошки в стороны. Мяч, падая вниз, передается из рук в руки и таким образом успевает побывать у каждого участника.) Задача решена!

Психологический смысл упражнения: демонстрация того, как проблема может быть решена более эффективно с помощью нетривиального подхода к ней и как этому препятствуют стереотипы ("перекинуть - значит подбросить вверх, а потом поймать"). Сплочение группы, обучение координации совместных действий.

Вопросы для обсуждения:

Что мешало сразу же увидеть быстрый способ выполнения задания, какой стереотип при этом активизировался?

Кому первому пришла мысль перебрасывать мяч, не подкидывая, а роняя его, и что подтолкнуло к этой идее?

Какие ситуации, когда стереотипное видение мешало разглядеть простой и нетривиальный способ решения проблемы, встречались в жизненном опыте участников и как удавалось преодолеть эти ограничения?

Упражнение "Островки" (5-10 минут).

Цель: всем участникам разместиться на газете (на всей, на половине газеты, на трети).

Материалы: газеты.

Время: 5-10 минут.

Процедура: участники разбиваются на группки по 4-6 человек и на скорость выполняют задания.

Смысл упражнения: создание условий для воплощения и выдвижения идей о способах действия нестандартной ситуации, сплочение группы, физическая разминка. Участники обмениваются эмоциями и чувствами и озвучивают все свои идеи.

Основная деятельность.

Упражнение "Стоп-кадр".

Цель: развитие навыков экспрессии, дает возможность участникам в новом ракурсе взглянуть на свое отношение к тем жизненным сферам, которых касаются слова.

Материалы: список слов.

Время: 10 минут.

Процедура: участники свободно перемещаются по аудитории. По команде ведущего, подаваемой с помощью хлопка в ладоши, они останавливаются и демонстрируют с помощью мимики и пантомимики (позы, жестов, движений тела) то слово, которое называет ведущий. "Стоп-кадр" продолжается 8-10 с, после чего по повторному хлопку ведущего участники опять начинают свободно перемещаться по помещению, пока не прозвучит следующий хлопок и не будет названо очередное слово. Желательно заснять "стоп-кадры" с помощью цифровой фото- или видеокамеры и продемонстрировать отснятые материалы участникам непосредственно после упражнения.

Можно использовать, например, такие наборы слов: время, прошлое, детство, настоящее, учеба, будущее, профессия, успех; встреча, общение, понимание, дружба, любовь, семья, счастье.

Упражнение "Применение предметов".

Цель: развитие творческого интеллекта.

Материалы: скрепка для бумаг, зубная щетка, карандаш, спичка и т. д.

Время: 10-15 минут.

Процедура: за 2 минуты найти как можно больше применений для обувного шнурка и записать их. Это упражнение, развивающее творческий интеллект, для рассмотрения можно брать любой другой предмет.

Вопросы для обсуждения:

Сложно было придумывать новое применение простым и знакомым вещам?

Как можно применять ваш предмет?

О чем заставило задуматься это упражнение?

Упражнение "Арка".

Цель: развитие творческих способностей, поиска нестандартного решения поставленной задачи. Материалы: ножницы, бумага. Время: 10 минут.

Процедура: участники объединяются в команды, получают бумагу формата А4, и им дается задание: изготовить такую арку, чтобы через нее смог пройти любой из участников или все по очереди. Продемонстрировать как можно больше способов.

Кому сначала казалось, что выполнить упражнение невозможно?

Часто ли возникают такие ситуации?

Кто подсказал решение или это коллективное?

Завершение

Упражнение "Творческая жизнь".

Цель: обобщить представление участников о своих творческих способностях и найти свое творческое начало.

Время: 7-15 минут. Материалы: бумага, ручки.

Процедура: участники объединяются в группки по 5-6 человек, получают задание: сформировать перечень рекомендаций, которые позволят "сделать более творческой собственную жизнь", и записать их. Формируемые рекомендации должны быть реально воплотимы в жизнь всеми участниками или хотя бы большинством из них (т. е. не подразумевать наличие каких-либо редко встречающихся способностей, слишком крупных материальных затрат и т. п.).

Обсуждение в группе, разбор всех вариантов.

Пример: регулярно выполнять физические упражнения; овладеть техникой медитации и релаксации; вести дневник, писать рассказы, стихи, песни, записывать умные мысли.

Особенность любого творчества заключается в том, что оно помогает развивать созидательное мышление и воображение в атмосфере состязательности и азарта. Именно игровая форма часто помогает сосредоточиться и эффективно изучить нужный материал не только детям, но и взрослым.

Умение быть творческим и интересным человеком отчасти приобретается с воспитанием и зависит от наших врожденных особенностей. Но поверьте, что эту способность можно приобретать и развивать, главное здесь, как обычно,- желание.

Желаем вам удачи в развитии творческого мышления!

Елена Кравчук, *методист Донецкого областного детско-молодежного центра.*

Контактная информация:

КОММУНАЛЬНОЕ ВНЕШКОЛЬНОЕ УЧЕБНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОНЕЦКИЙ ОБЛАСТНОЙ ДЕТСКО-МОЛОДЕЖНЫЙ ЦЕНТР

ДОДМЦ,

ул.Социалистическая, 62

Краматорск, Украина, 84301

E-mail: post@dodmc.dn.ua

Сайт http://dodmc.dn.ua