**№ 8 « Как превратить недостатки в достоинства»**

Цели: понять и проанализировать свои чувства, поступки, мотивы своего поведения, те индивидуальные особенности, которые могут стать основой для серьёзных личностных преобразований, своего личностного роста, помочь участникам осознать своё преобладающее поведение в качестве членов команды и лидеров, познакомиться с основными чертами лидера.

Начинается работа с упражнения «Или — или».

Все участники построены в шеренгу. Им задаются вопросы, на которые они отвечают одним шагом влево или вправо или остаются на месте. Первая серия вопросов такая:

— Вы — Вчера? (Если да, переместитесь влево).

— Вы — Сегодня? (Оставайтесь на месте),

— Вы — Завтра? (Переместитесь вправо),

Игрокам предлагается отождествиться с этими словами во всей полноте значений, которые им приписывают. Затем просим тех, кто принял решение, объяснить, почему они выбрали тот или иной вариант.

«Вчера» — из-за своей любви к прошлому, старым привычкам и т.д. Другая серия вопросов:

— Вы — табличка с надписью:

— «Открыто для посетителей»,

— «Вход воспрещён» или

— «Скоро вернусь»?

— Вы — Гора? Долина? Или Равнина?

— Вы — Земля? Море? Или Небо?

— Вы — Золотая авторучка? Простой карандаш? Или Фломастер?

Рекомендации. В начале упражнения, возможно, некоторое замешательство, но после того как участники сообразят, что от них требуется, игра пойдёт более динамично. Главное — побудить участников к осмыслению их выбора, помочь постепенно включиться в общую работу. Весь процесс должен повысить самосознание и понимание своей и чужой мотивации.

Руководитель: Попробуем разобраться, кто мы: ведущие или ведомые. Каждый из нас подвержен влиянию других людей и, в свою очередь, влияет на них с той или иной целью. Отвечаем на вопросы теста «да», «нет».

1) Как, по-вашему, подошла бы Вам профессия актёра или политика?

Да — 5, нет — 0.

2) Раздражают ли Вас люди, которые стремятся одеваться и вести себя экстравагантно?

Да - О, нет — 5.

3) Можете ли Вы разговаривать с другим человеком о Ваших личных проблемах? Да — 5, нет — 0.

4) Сразу ли Вы реагируете на малейшие проявления неверной трактовки Ваших слов и поступков? Да— 5, нет— 0.

5) Чувствуете ли Вы дискомфорт, когда другие добились успеха в той сфере, где Вы сами хотели его добиться? Да — 5, нет — 0.

6) Любители Вы заниматься каким-нибудь иным делом, чтобы показать, что Вы способны на это? Да — 5, нет — 0.

7) Могли бы Вы посвятить всего себя достижению чего-нибудь выдающегося? Да — 5, нет — 0.

8) Устраивает ли Вас один и тот же круг друзей?

Да — 0, нет— 5.

9) Предпочитаете ли Вы вести жизнь размерную, расписанную по часам? Да — 0, нет — 5.

10) Любите ли Вы менять мебель в квартире? Да — 5, нет — 0.

11) Нравится ли Вам делать что-нибудь вся раз по-новому? Да — 5, нет — 0.

12) Любите ли Вы осаживать того, кто, по вашему, слишком самоуверен? Да — 5, нет — 0.

13) Нравится ли Вам демонстрировать, что начальник или авторитетное лицо оказываются неправыми? Да — 5, нет — 0.

Результат:

35-65 баллов. Вы человек, обладающий хорошими задатками, чтобы эффективно влиять на окружающих. Во взаимоотношениях с людьми вы чувствуете себя вполне уверенно. Вы убеждены, человек не должен замыкаться в себе, держаться в стороне и думать только о себе. Вы чувствуете в себе потребность что-то делать для окружающих, руководить ими. Однако вам надо следить гм, чтобы в вашем отношении к людям не было крайностей. Иначе вы превратитесь в тирана.

0-35 баллов. Вы считаете, что ваша (и окружающих) жизнь должна быть построена на принципах дисциплины, течение жизни должно быть хорошо прогнозируемым. Вы не любите ничего делать через силу. Иногда вы бываете чрезмерно не уверены в себе и из-за этого не можете достичь намеченного, в результате оказываетесь несправедливо обделёнными.

Руководитель: Итак, по итогам теста у нас получилось, что одни участники обладают задатками лидерства и чувствуют в себе потребность в их реализации, у других такие задатки явно не выражены, но в ходе наших тренинговых занятий, возможно, они придут к другому выводу. Ведь лидерство требует приложения широкого спектра навыков, а не отдельных черт, которые, будучи усвоенными, вдруг превращают нас в настоящего лидера.

6. Психогимнастическое упражнение: участники бросают мяч друг другу со словами: «Мне кажется, в детстве ты был(а)...» В ответ каждый может согласиться или нет, сказав «да», «нет».

Руководитель: Как правило, лидер знает, какая у него цель, и целенаправленно идёт к ней. Не требуется вообще никаких усилий, чтобы прийти куда-нибудь. Просто ничего не делайте, и вы сразу там окажетесь. Однако, если вы хотите достичь чего-либо осмысленного, вам прежде всего следует уяснить, куда вы хотите идти. А уж после того, как вы решите, куда хотите идти, следует разработать план, как туда добраться. Это правило одинаково , справедливо как для бизнеса, так и для успеха в повседневной жизни.

**4. Упражнение «Телепатия».**

Выделяются два партнёра. Первый из них становится спиной ко второму на расстоянии 2-3 м. Второй, пристально глядя в затылок первому, в какой-то момент должен дать ему мысленный приказ оглянуться. Задача первого — всем своим существом почувствовать второго. Для того чтобы присутствующие знали, в какой именно момент посылается приказ, второй партнёр может в этот момент дать какой-то сигнал.

Рекомендации. Упражнение аналогично предыдущему. Следует отметить, что импульс — это побуждение, стимул, воздействующий на тот или иной орган чувств. В нашем теле две системы передачи информации: нервная и кровеносная. Через кровеносную систему информация передаётся медленно. Все сигналы поступают в головной мозг благодаря нервной системе. Смысл упражнения — потренировать органы чувств в восприятии импульсов от партнёра.

**5. Упражнение «Создай образ своего партнёра»**

Участники тренинга садятся напротив своих партнёров.

Руководитель: Рассмотрите каждую чёрточку лица своего партнёра, его глаза, брови, как движется ваш партнёр, как держит спину. Теперь закройте глаза. Напоминает ли ваш партнёр кого-то из родителей, близких друзей, школьных товарищей, а может быть, известных актёров, певцов и т.д. Если вы нашли, на кого он похож, то попробуйте понять, что вы чувствуете по отношению к человеку, сидящему напротив. Расскажите своему партнёру, что вы о нём думали, какой образ вы представили.

Рекомендации. После того как один из партнёров поделился своими мыслями, участники меняются местами. Главное, не навязывать партнёру своего представления о нём, не выражать неприятия. Стоит напомнить участникам, что приятие выражается не только вербально, но и посредством взгляда, улыбки, ободряющего кивка и т.д. У каждого человека складывается некое «идеальное представление» о самом себе. Но если реакция со стороны партнёра показывает нам, что у него иное представление, не совпадающее с нашим собственным, от этого страдает наше чувство собственного достоинства.

Рефлексия:

- Мои ощущения после встрнчи?

- Что нового я узнал о себе?

- Что нового я узнал о других?

- Помогли или нет мне данное занятие посмотреть на себя с другой стороны?