**Тренинг для подростков**

Занятие №1.

Знакомство.

Расскажи о себе(что любишь, что не любишь, чем занимаешься в свободное время, чем интересуешься, зачем ты здесь, твои ождаания от тренинга). 25 минут

Чтение и принятие общих правил группы. 10 минут. ([**Правила**](http://www.psyhoterapevt.ru/data/pravila.doc))

Рефлексивное "дерево"- 20-30 минут.

"Дерево". Релакс музыка([**1**](http://www.psyhoterapevt.ru/Karunesh_CallingWis.mp3)),([**2**](http://www.psyhoterapevt.ru/Track%2010.mp3)),([**3**](http://www.psyhoterapevt.ru/Track%2009.mp3)),([**4**](http://www.psyhoterapevt.ru/Track%2008.mp3)).

1) Тренер предлагает участникам представить себе какое-нибудь дерево, по­сле чего начинает задавать вопросы: Какое это дерево? Где оно растет? Высокое оно или нет? Какое время года? День или ночь? Запахи, звуки, ощущения?

2) После того, как участники представили себе каждый свое дерево, тренер предлагает ощутить и прочувствовать, как каждый участник подходит к своему дереву, проводит рукой по его стволу, обнимает его и ... входит в него, становит­ся этим деревом. Каково быть этим деревом? Что и как каждый чувствует в этой роли? Глубоко ли уходят в землю корни? Густая ли крона? Устойчиво ли дерево стоит? Умывает ли его дождь? Греет ли его солнце? Дает ли земля точку опоры?

3) После того, как участники закончили упражнение, следует обсуждение в группе результатов визуализации. Также можно взять большой ватман и краски и нарисовать общее для группы дерево, каждый вносит частичку себя на картину. Она сохраняется на протяжении всего тренинга.

Обсуждение, социометрия – 5 пальцев.

5 пальцев – отлично, занятие очень понравилось

4 пальца – хорошо, занятие понравилось

3 пальца – средне, занятие нормальное

2 пальца – плохо, занятие не понравилось

1 палец – ужасно, занятие совсем не понравилось

Занятие №2.

Опрос - как прошел день, что нового, чем хотелось бы поделиться? 5-10 минут

"Фраза по кругу"

Выберем какую-нибудь простую фразу, например: "В саду падали яблоки". Теперь, начиная с первого игрока, справа от ведущего, начинаем произносить эту фразу все по очереди. Каждый участник игры должен произнести фразу с новой интонацией (вопросительной, восклицательной, удивительной, безразличной и т.д.). Если участник не может придумать ничего нового, то он выбывает из игры, и так продолжается, пока не останется несколько человек. Итак, по хлопку, все участники игры, начиная с того, кто сидит справа от ведущего, произносят одну и ту же простую фразу, но с разной интонацией. 10 минут

"Ценности"

Участникам группы раздаются списки возможных человеческих ценностей:
- интересная работа
- хорошая обстановка в стране
- общественное признание
- материальный достаток
- любовь
- семья
- удовольствия, развлечения
- самосовершенствование
- свобода
- справедливость
- доброта
- честность
- искренность
- вера
- целеустремленность
Затем каждому предлагается выбрать из списка пять самых главных для него ценностей и две ценности, которые не очень значимы в данный момент. После этапа индивидуальной работы участники объединяются в малые подгруппы (по 3-4 человека) и обсуждают свои варианты. Затем происходит общегрупповое обсуждение, во время которого участники делятся своими впечатлениями. 15 минут

"Антивремя"

Каждому из участников предлагается тема для небольшого рассказа. К примеру: "Театр", "Магазин", "Путешествие за город". Получивший тему должен раскрыть ее, описывая все относящиеся к ней события "задом наперед" — как если бы в обратную сторону прокручивалась кинолента. 20 минут

Обсуждение, социометрия.- 5 минут

Занятие №3

Опрос - как прошел день, что нового, чем хотелось бы поделиться? 5-10 минут
"Найди пару"

Цель упражнения: - развитие прогностических возможностей и интуиции; - формирование у членов группы установки на взаимопонимание.
Каждому участнику при помощи булавки прикрепляется на спину лист бумаги. На листе имя сказочного героя или литературного персонажа, имеющего свою пару. Например: Крокодил Гена и Чебурашка, Ильф и Петров и т.д.
Каждый участник должен отыскать свою "вторую половину", опрашивая группу. При этом запрещается задавать прямые вопросы типа: "Что у меня написано на листе?". Отвечать на вопросы можно только словами "да" и "нет".
На упражнение отводится 10 минут.

"Передача движения по кругу"

Цель упражнения: - совершенствование навыков координации и взаимодействия на психомоторном уровне; - развитие воображения и эмпатии.
Все садятся в круг. Один из участников группы начинает действие с воображаемым предметом так, чтобы его можно было продолжить. Сосед повторяет действие и продолжает его. Таким образом, предмет обходит круг и возвращается к первому игроку. Тот называет переданный им предмет, и каждый из участников называет, в свою очередь, что передавал именно он. 10 минут

Упражнения на тренировку памяти
Зачитываются слова. Испытуемые должны постараться запомнить их попарно. Затем читаются только первые слова каждой пары, а испытуемые записывают второе.

МАТЕРИАЛ:

1. курица - яйцо, ножницы - резать, лошадь - сено, книга - учить, бабочка - муха, щетка - зубы, барабан - пионер, снег - зима, петух - кричать, чернила - тетрадь, корова - молоко, паровоз - ехать, груша - компот, лампа - вечер.

2. жук - кресло, перо - вода, очки - ошибка, колокольчик - память, голубь - отец, лейка - трамвай, гребенка - ветер, сапоги - котел, замок - мать, спичка - овца, терка - море, салазки - завод, рыба - пожар, топор - кисель. 10 минут

Закройте глаза и представьте соответствующие картинки, названия которых произнесут.

1. Лев, нападающий на антилопу

2. Собака, виляющая хвостом

3. Муха в вашем супе

4. Миндальное печенье в коробке

5. Молния в темноте

6. Пятно на вашей любимой одежде

7. Бриллиант, сверкающий на солнце

8. Крик ужаса в ночи

9. Радость материнства

10. Друг ворующий деньги из вашего кошелька

А теперь вспомните и запишите названия визуализированных картинок. Если вспомните более 8 образов, упражнение выполнено успешно.

"Выражение мысли другими словами"

Берется несложная фраза, например: «Нынешнее лето будет очень теплым». Надо предложить несколько вариантов передачи этой же мысли другими словами. При этом ни одно из слов данного предложения не должно употребляться в других предложениях. Важно следить, чтобы не искажался смысл высказывания. Побеждает тот, у кого больше таких вариантов.

Задание формирует умение оперировать словами, точно выражать мысли.

"Составление предложений"

Берутся наугад три слова, не связанные по смыслу, например, «озеро», «карандаш» и «медведь». Надо составить как можно больше предложений, которые обязательно включали бы в себя эти три слова (можно менять их падеж и использовать другие слова). Ответы могут быть банальными («Медведь упустил в озеро карандаш»), сложными, с выходом за пределы ситуации, обозначенной тремя словами, и введением новых объектов («Мальчик взял карандаш и нарисовал медведя, купающегося в озере»), и творческими, включающими эти предметы в нестандартные связи («Мальчик, тонкий как карандаш, стоял возле озера, которое ревело как медведь»).

В этой игре, как и в других, ведущему важно установить, а игрокам найти «золотую» середину между количеством и качеством ответов. Необходимо, с одной стороны, стимулировать большое число любых разнообразных ответов, а с другой — поощрять оригинальные, творческие ответы.

Обязательным условием эффективности этих игр является сопоставление и обсуждение игроками всех предложенных ответов и развернутое обоснование, почему именно тот или иной ответ им понравился или не понравился.

Это задание направлено на установление связей, обобщение, создание целостных образов.

Занятие №4

Сегодня мне хотелось бы поговорить непосредственно о вас, какие вы? Как чувствуете вы себя рядом с остальными, как вам кажется, какими вас видят другие - сверстники, учителя, родители? Что бы вам хотелось поменять в себе, чтобы нравиться себе и остальным.

Упражнение "кто я?", "какой я?"

"За кругом"

Цель упражнения: помочь понять глубинные причины дискриминаций, подводные камни и возможные последствия.
Нечетное количество участников. Сначала происходит беспорядочное движение по комнате; по команде участникам нужно сцепиться в пары. Все, у кого нашлась пара, объединяются в круг; один оказывается за кругом. Инструкция: участникам в кругу нужно не пустить внутрь того, кто за кругом; соответственно, последнему нужно любым способом проникнуть вовнутрь; тот, кто пропустит, будет выдворен за круг. Продолжительность игры: 10-20 минут. По окончании участники делятся своими чувствами, и разговор плавно переводится на тему дискриминаций. Далее предлагается вспомнить ситуацию, когда участники подвергались каким-либо притеснениям.
Этим опытом участники делятся в парах или рассказывают несколько ситуаций на общий круг. Обращается внимание на то, как мы реагируем, наблюдая ситуацию дискриминации, какие чувства мешают нам быть более справедливыми и как мы платим впоследствии за допущенный произвол (чувства вины, сожаления, горечи, стыда и т.д.)

"Карусель"

Цель упражнения: - формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты; - развитие эмпатии и рефлексии в процессе обучения.
В упражнении осуществляется серия встреч, причем каждый раз с новым человеком. Задание: легко войти в контакт, поддержать разговор и проститься.
Члены группы встают по принципу "карусели", т. е. лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный и внешний подвижный
Примеры ситуаций:
 Перед вами человек, которого вы хорошо знаете, но довольно долго не видели. Вы рады этой встрече...
 Перед вами незнакомый человек. Познакомьтесь с ним...
 Перед вами маленький ребенок, он чего-то испугался. Подойдите к нему и успокойте его.
 Время на установление контакта и проведение беседы 3-4 минуты. Затем ведущий дает сигнал и участники тренинга сдвигаются к следующему участнику.

Занятие № 5

Навыки эффективного общения

Ролевая игра "Cглаживание конфликтов"

Цель упражнения: отработка умений и навыков сглаживания конфликтов.
Ведущий рассказывает о важности такого умения как умение быстро и эффективно сглаживать конфликты; объявляет о том, что сейчас опытным путем стоит попытаться выяснить основные методы урегулирования конфликтов.
Участники разбиваются на тройки. На протяжении 5 минут каждая тройка придумывает сценарий, по которому двое участников представляют конфликтующие стороны (например, ссорящихся супругов), а третий - играет миротворца, арбитра.
На обсуждение ведущий выносит следующие вопросы:
- Какие методы сглаживания конфликтов были продемонстрированы?
- Какие, на ваш взгляд, интересные находки использовали участники во время игры?
- Как стоило повести себя тем участникам, кому не удалось сгладить конфликт?

Типичные приемы слушания:

1. Глухое молчание

2. Угу-поддакивание ("ага", "угу", "да-да", "ну", кивание головой и т.п.).

3. Эхо - повторение последних слов собеседника.

4. Зеркало - повторение последней фразы с изменением порядка слов.

5. Парафраз - передача содержания высказывания партнера другими словами.

6. Побуждение - междометия и другие выражения, побуждающие собеседника продолжить прерванную речь ("Ну и...", "Ну и что дальше ?", "Давай-давай" и т п.).

7. Уточняющие вопросы - вопросы типа "Что ты имел в виду, когда говорил "эсхатологический".

8. Наводящие вопросы - вопросы типа "Что-где-когда-почему-зачем", расширяющие сферу, затронутую говорящим, нередко такие вопросы являются по существу уводящими от линии, намеченной рассказчиком.

9. Оценки, советы

10. Продолжения - когда слушающий вклинивается в речь и пытается завершить фразу, начатую говорящим, "подсказывает слова".

11. Эмоции - "ух", "ах", "здорово", смех, "ну-и-ну", "скорбная мина" и пр.

12. Нерелевантные и псевдорелевантные высказывания - высказывания, не относящиеся к делу или относящиеся лишь формально ("а в Гималаях все иначе" и следует рассказ о Гималаях, "кстати о музыке... " и следует информация о гонорарах известных музыкантов).

После  ознакомления  со  списком   ведущий   предлагает "рассказчикам" описать наблюдаемые ими реакции слушателей и дать им классификацию на основе приведенной схемы. Выявляются наиболее часто используемые реакции и обсуждаются их положительные и отрицательные стороны в ситуациях общения. В контексте занятия уместно привести трехкратную схему выслушивания: "Поддержка - Уяснение - Комментирование" и обсудить уместность появления тех или иных реакций на разных тактах выслушивания. Так, на такте "Поддержки" наиболее уместным представляются такие реакции, угу-поддакивание, эхо, эмоциональное сопровождение, на такте "Уяснения" - уточняющие вопросы и парафраз, а оценки и советы приемлемы на такте "Комментирования".

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Номер такта | Название | Основная цель | Уместные реакции |
| 1. | Поддержка | Дать возможность говорящему выра­зить свою позицию | МолчаниеУгу-поддакивание ЭхоЭмоциональное сопровождение |
| 2. | Уяснение | Убедиться, что Вы адекватно поняли собеседника | Уточняющие вопросы Парафраз |
| 3. | Комментирование | Высказывание своей точки зрения | Оценки Советы Комментарии |

"Диспут"

Упражнение проводится в форме диспута. Участники делятся на две приблизительно равные по численности команды. С помощью жребия решается, какая из команд будет занимать одну из альтернативных позиций по какому-либо вопросу, например: сторонники и противники "загара", "курения", "раздельного питания" и т.д.

Аргументы в пользу той или иной точки зрения члены команд высказывают по очереди. Обя­зательным требованием для играющих является поддержка высказываний соперников и уяснение сущности аргументации. В процессе слушания тот из членов команды, чья очередь высказываться следующим, должен реагировать угу-поддакиванием и эхо, задавать уточняющие вопросы, если содержание аргументации не до конца ясно или же сделать парафраз, если создалось впечатление полной ясности. Аргументы в пользу позиции своей команды разрешается высказывать лишь после того, как выступающий тем или иным способом просигнализирует, что его поняли правильно (кивок головой, "да, именно это я и имел в виду").

Ведущий следит за очередностью выступлений, за тем, чтобы слушающий осуществлял поддержку высказывания, не пропуская тактов, парафраз, используя при этом реакции соответствующего такта. Можно давать разъяснения типа, "Да, Вы меня поняли правильно" легче всего, просто повторив слова собеседника, а убедиться в правильно­сти понимания можно парафразируя его высказывания. Предостеречь участников от попыток продолжать и развивать мысли собеседника, приписывая ему не его слова.

В заключение упражнения ведущий комментирует его ход, обращая внимание на случаи, когда с помощью парафраза удалось добиться уточнения позиций участников "диспута"

"Спор при свидетеле"

Обучаемые разбиваются на тройки. Один из членов тройки берет на себя роль наблюдателя-контролера. Его задача - следить за тем, чтобы участники спора осуществляли поддержку высказываний партнеров, не пропускали второго такта ("Уяснение") и при парафразе использовали "другие слова", т.е. он выполняет те же функции, что ведущий в предыдущем упражнении. Два других члена тройки, предварительно решив, какую из альтернативных позиций они занимают, вступают в спор, на выбранную ими тему, придерживаясь трехкратной схемы ведения диалога. По ходу упражнения участники меняются ролями, т.е. роль наблюдателя-контролера поочередно выполняют все члены тройки.

На упражнение отводится 15 минут.

По окончании устраивается общее обсуждение. Примерные вопросы для обсуждения:

• "Какие трудности в использовании схемы встретили Вы в разговоре?";

• "Были ли случаи, когда после парафраза происходило уточнение позиции?";

• "Кто из партнеров не понял другого - тот, кто говорил, или тот, кто слушал?".

Занятие №6. Развитие умения классифицировать, определять аналогии и т.д.

 Говорю, что вижу

Цель упражнения: проигрывание ситуации безоценочных высказываний.
- Описание поведения означает сообщение о наблюдаемых специфических действиях других людей без оценивания, то есть без приписывания им мотивов действий, оценки установок, личностных черт. Первый шаг в развитии высказываться в описательном ключе, а не форме оценок - улучшение умения наблюдать и сообщать о своих наблюдениях, не давая оценок.
- Сидя в круге, сейчас вы наблюдаете за поведением других и, по очереди, говорите, что  видите относительно любого из участников. Например: <Коля сидит, положив ногу на ногу>, <Катя улыбается>.
Ведущий следит за тем, чтобы не использовались оценочные суждения и умозаключения. После выполнения упражнения обсуждается, часто ли наблюдалась тенденция использовать оценки, было ли сложным это упражнение, что чувствовали участник. 10 минут

Даны слова, в которых намеренно перепутан порядок букв. Какое из них лишнее: росип, евшал, нанба, солам, клуба?

 - В телеграммах часто встречаются такие буквосочетания: ЗПТ, ТЧК, КВЧ. Так сокращенно пишутся запятая, точка, кавычки. Прием, который здесь применяется - пропуск гласных букв.

В приводимых ниже фразах тоже пропущены буквы. Введите их в текст, чтобы он стал понятным:

Кшк пгнлсь з мшкй. Цлй днь т брдль п лс. Чдеснй цвтчый зпх. Ввк нстпл н клчк. Скльк здсь члвк. В ксмс плтт смл. Хршньк прглдтсь к нм. Пчм тк плчлсь? В вгн бл мнг лдй.

- Если какая-то буква, допустим "л", исчезла бы из русского языка алфавита, могла б возникнуть масса необычных слов, например: коба (колба), пащ (плащ), баон (баллон), сово (слово).

Определите, какая буква отсутствует в следующих словах, и прочтите их правильно: кот, пут, потет, койдо, инг, штоа, пата, кышка.

Исключение лишнего слова

Берутся любые три слова, например «собака», «помидор», «солнце». Надо оставить только те слова, которые обозначают в чем-то сходные предметы, а одно слово «лишнее», не обладающее этим признаком, исключить. Следует найти как можно больше вариантов исключения лишнего слова, а главное — больше признаков, объединяющих каждую оставшуюся пару слов и не присущих исключенному, лишнему. Не пренебрегая вариантами, которые сразу же напрашиваются (исключить «собаку», а «помидор» и «солнце» оставить, потому что они круглые), желательно искать нестандартные, но в то же время, меткие решения.

Задание учит классификации по свойствам.

Подбор антонимов

Из предложенных слов составьте антонимические группы, включив в них слова противоположные по смыслу.

1. Правдивый. 2. Вертикальный. 3. Экспорт. 4. Микро. 5. Авангард. б. Щедрый. 7. Нерадивый. 8. Эксцентричный. 9. Импорт. 10. Рыхлый. 11. Стремительный. 12. Скупой. 13. Брутто. 14. Тощий. 15. Неряшливый. 16. Объективный. 17. Макро. 18. Старательный. 19. Плотный. 20. Прозрачный. 21. Арьергард. 22. Нетто. 23. Упитанный. 24. Опрятный. 25. Субъективный. 26. Медленный. 27. Лживый. 28. Концентричный. 29. Мутный. 30. Горизонтальный.

Поработайте еще с одной группой слов с целью поиска пар слов, противоположных по смыслу.

Польза, дальнозоркий, блондин, болтун, дедукция, ад, передовой, молчун, рай, вред, старт, мрак, поперечный, зрячий, симпатия, индукция, больной, свет, альтруизм, сухой, слепой, отсталый, продольный, здоровый, эгоизм, близорукий, финиш, брюнет, антипатия, влажный.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Занятие №7. Развитие умения классифицировать, определять аналогии и т.д. Поиск аналогийНазывается какой-либо предмет или явление, например «вертолет». Необходимо выписать как можно больше его аналогов, т.е. других предметов, сходных с ним по различным существенным признакам. Следует также систематизировать эти аналоги по группам в зависимости от того, с учетом какого свойства заданного предмета они подбирались. К примеру, могут быть названы «птица», «бабочка» (летают и садятся), «автобус», «поезд» (транспортные средства), «штопор» и «вертолет» (важные детали вращаются). Побеждает тот, кто назвал наибольшее количество групп аналогов.Задание направлено на выделение свойств, умение классифицировать по признакам.Подбор омонимовОмонимы - слова, одинаковые по написанию, но разные по смыслу.Объясните смысл следующих омонимов, выберите из них не менее десяти слов и составьте связной рассказ: барашек, атлас, бокс, вал, валка, гусеница, ерш, зарядка, зуб, ворот, каток, ключ, косяк, лопатка, лук, коса, месяц, наряд, очки, проводник, собачка, узел, шашка, язык.  Ответ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Слова омонимы**  | **Понятие 1**  | **Понятие 2**  |
| Бокс  | Вид спорта  | Изолированное помещение, камера  |
| Каток  | Ледяная площадка для катания на коньках  | Дорожно-строительная машина  |
| Зарядка  | Утренние физические упражнения  | Насыщение энергией аккумулятора  |
| Проводник  | Вагонный кондуктор  | Вещество, обладающее большой электропроводностью  |
| Ключ  | Устройство для отпирания и запирания замков  | Простейший передатчик телеграфных сигналов  |
| Ерш  | Рыба  | Приспособление для чистки бутылок  |
| Гусеница  | Личинка бабочки  | Движитель трактора  |
| Вилка  | Приспособление для еды  | Часть велосипеда  |
| Ворот  | Воротник  | Простейшая грузоподъемная машина  |
| Наряд  | Документ  | Группа военнослужащих  |
| Косяк  | Стая рыб, птиц  | Боковые брусья рамы  |
| Зуб  | Часть черепа  | Деталь шестерни  |   |
| Собачка  | Домашнее животное  | Опорная часть механизма  |   |
| Лук  | Растение семейства лилейных  | Спортивный снаряд  |   |
| Лопатка  | Верхняя часть скелета  | Деталь турбины  |   |
| Барашек  | Маленький баран  | Гайка-барашек  |   |
| Месяц  | Луна  | 1/12 часть года  |   |
| Очки  | Устройство для выправления зрения  | Единицы счета в играх  |   |
| Шашка  | Холодное оружие  | Фишка для игры в шашки  |   |
| Узел  | Место связывания двух концов веревки  | Мера скорости движения судов  |   |
| Атлас | Вид ткани | Сборник карт |   |
| Коса  | Орудие для скашивания травы  | Плетеный пучок волоса  |   |
| Вал  | Вращающаяся деталь машины  | Высокая волна  |   |
| Язык  | Ударная часть колокола  | Важнейшее средство человеческого общения |   |

 Поиск соединительных звеньевЗадаются два предмета, например, «лопата» и «автомобиль». Надо назвать предметы, являющиеся как бы «переходным мостиком» от первого ко второму. Называемые предметы должны иметь четкую логическую связь с обоими заданными предметами. К примеру, в данном случае это могут быть «экскаватор» (сходен с лопатой по функции, а с автомобилем входит в одну группу — транспортные средства), «рабочий» (он копает лопатой и одновременно является владельцем автомобиля). Допускается использование и двух-трех соединительных звеньев («лопата» — «тачка» — «прицеп» — «автомобиль»). Особое внимание обращается на четкое обоснование и раскрытие содержания каждой связи Между соседними элементами цепочки. Победитель тот, кто дал больше аргументированных вариантов решения.Задание позволяет легко устанавливать связи между предметами и явлениями.Подбор синонимовИз данных слов составьте синонимические группы, включив в них близкие по смыслу слова.1. Властелин. 2. Быстрый. 3. Материк. 4. Воля. 5. Портьера. 6. Владыка. 7. Истинный. 8. Свобода. 9. Континент. 10. Властитель. 11. Наготове. 12. Подлинный. 13. Независимость. 14. Занавеска. 15. Повелитель. 16. Штора. 17. Стремительный. 18. Начеку. 19. Настоящий. 20. Гардина. 21. Господин. 22. Действительный. 23. Настороже. 24. Скорый.Продолжайте работу по поиску синонимов еще в пяти группах слов.- Мастер, стыд, календарь, инвалид, выговор, образец, интервал, искусник, бесчестье, внушение, месяцеслов, пробка, позор, убогий, пример, калека, нагоняй, пауза, виртуоз, увечный, перерыв, нахлобучка, численник, передышка.- Канделябр, кандалы, излишний, укол, соблазн, ухватка, делец, подсвечник, инъекция, бесполезный, воротила, цепи, канитель, лишний, искушение, хватка, предприниматель, оковы, волынка, ненужный, вырыскивание, никчемный, морока, сноровка.- Доблесть, период, фокус, лента, лоск, глубинка, вклад, прихоть, геройство, фантазия, стадия, кювет, глянец, фаза, каприз, блеск, канава, этап, причуда, ступень, провинция, ров, вычура, периферия.- Трезвый, секретно, бездельник, зряшный, лодырь, штурм, волнение, агрессор, разумный, тщетный, захватчик, лентяй, здравый, тайно, смятение, негласно, безуспешный, тревога, шалопай, атака, бесплодный, беспокойство, лоботряс, напрасный.- Грань, одежда, остов, фигура, туалет, костяк, промозглый, иносказательный, мера, тип, одеяние, одиноко, сырой, скелет, платье, предел, сиротливо, наряд, рубеж, аллегорический, костюм, образ, влажный, облачение.Заблудившийся рассказчикУчастники рассаживаются в круг. Ведущий назначает тему разговора. Один из участников начинает развивать ее, а затем, следуя за случайными ассоциациями, уводит разговор в сторону. Он перескакивает с одной темы на другую, затем на третью, стремится как можно лучше «запутать» свое повествование. Затем говорящий жестом передает слово другому участнику. Слово может быть передано любому, поэтому за ходом игры следят все. Тот, на кого упал выбор, должен «распутать» разговор, т.е. кратко пройтись по всем ассоциативным переключениям своего предшественника в обратном порядке — от конца к началу. Он возвращается к исходной, предложенной ведущим, теме. Затем сам «запутывает» разговор, передает слово кому-то другому, и так далее.  Занятие №8. Заключительное.Сегодня у нас последнее занятие. Поэтому хотелось бы провести его без каких-либо рамок.Достается картина "рефлексивного дерева" с первого занятия. Посмотрите на наше дерево, которые мы создали с вами на первой встрече. Как оно вам? Хотели бы вы теперь что-то изменить? Может быть вы как-то изменились и теперь на этом дереве чего-то не достает? Или вы хотите оставить все как есть?5 минут.Хотелось бы, чтобы вы искренне сказали, что вам понравилось и что не понравилось в тренинге, всем ли вы довольны, чего не хватало? Обсуждение 20 минут.Благодарность по кругу - скажи спасибо каждому участнику тренинга, найди что-то особенное, что он вносил от себя полезное и приятное в занятиях. 15 минут.Закончить можно общим чаепитием и фотографией на память.  |
|  |