**Психологическое занятие**

**«Развитие креативности»**

***Креативность – это значит копать глубже,***

***смотреть лучше, исправлять ошибки,***

***беседовать с кошкой, нырять в глубину,***

***проходить сквозь стену, зажигать солнце,***

***приветствовать будущее.***

***Е.Торренс.***

**Актуальность:** современный мир меняется стремительно. На учебе, в жизни и быту человек раз за разом сталкивается с новыми ситуациями, в которых необходимо проявить нестандартность мышления; нет заранее известных способов действий, ведущих к успеху. Задача современного человека состоит в том, чтобы научиться творчески подходить к решению проблем, то есть быть креативным.

*Креати́вность*(от англ. create - создавать, творить) - творческие способности человека, характеризующиеся готовностью к принятию и созданию принципиально новых идей.Креативность необходима не только студентам, занимающимся творческим трудом (рисованием, дизайном, актерским мастерством, лидерством). Она необходима каждому, так как помогает:разобраться в людях, найти к ним правильный подход, мыслить не обычно.

*Коммуникативность* и ее виды - иногда рассматривается как процесс взаимодействия между людьми, в ходе которого возникают, проявляются и формируются межличностные отношения. Коммуникативность предполагает обмен мыслями, чувствами, переживаниями, это врожденная или приобретенная способность, навык, умение передавать правильно свои мысли, чувства, эмоции так, чтобы они правильно (доходчиво) были поняты, восприняты другим человеком (собеседником). Коммуникативность личности - это явление необходимо рассматривать не только как совокупность некоторых характерологических свойств и качеств, позволяющих осуществлять процесс общения, но и то, что коммуникативность личности является компонентом мотивационно-потребностной сферы. Это подразумевает собой то, что коммуникативность требует наличия соответствующей направленности личности, определяющей социальный и нравственный вес личности, ее потребности, интересы, убеждения, идеалы и соответствующих ценностных ориентаций, как правило, не непосредственно мотивирующих поведение, а выполняющих координирующую функцию, в том числе и «фильтрующую».

**Описание:**Данный комплекс состоит из 3блоков, продолжительностью 1 ч 20 мин, количество участников: 10-20 чел. Представленные игры и упражнения помогут развить творческое, конструктивное, нестандартное поведение и мышление, способность к импровизации, спонтанность. Занятия могут быть использованы для развития гибкости мышления, принятия решений.

**Необходимые материалы**: мячик, мольберт, листы бумаги разного формата, принадлежности для рисования и письма (карандаши, фломастеры), корзинка или коробка для карточек, записи мелодий и аппаратура для их проигрывания.

**Цель:**

-развитие креативности, нестандартного мышления, способности к импровизации,

- развитие навыков коммуникабельности и профессионального общения

**Задачи:**

- помочь учащимся осознать общие и личностные барьеры креативности и причины их возникновения;

-научить техникам стимуляции креативности;

- развивать творческий потенциал, способность к импровизации и спонтанность.

- способствовать повышению эмоционального интеллекта подростков.

- развитие творческих проявлений специалиста в какой-либо профессиональной деятельности для компетентного выполнения работыобеспечивающих планомерное развитие профессии

**Ожидаемый результат:**учащиеся приобретут стремление к самопознанию, саморазвитию и самореализации, познакомятся со своим внутренним миром, получат опыт общения, сознание креативности в себе и ее развитие. (развитие способности участников находить новые нестандартные (креативные) решения задач; налаживание коммуникативных связей внутри группы, умения слушать, поразмышляют о своих жизненных ценностях и ориентирах.Развиваются навыки невербального общения, эмпатия, умение координировать совместные действия.

**Знакомство участников с правилами общения в группе:**

1. Общение по принципу «здесь и теперь». Быть внимательным к своим мыслям, чувствам, действиям, которые возникают у вас у данный момент взаимодействия. Это необходимо для себя и других.

2. Принцип «Я-высказывания». Это значит, высказываться от своего имени: «я так думаю», «я так чувствую».

3. Принцип конфиденциальности – не выносить личную информацию участников за пределы группы.

4. Безоценочность высказываний. Означает не переходить на личности, а высказываться только через чувства: «Я испытываю гнев…»

5. Открытость и искренность настолько, насколько каждый считает это возможным. Лучше промолчать, чем сказать неправду.

**Занятие № 1**

Цель занятия: снятие излишнего эмоционального напряжения в группе, развитие внимания, воображения, оригинальности и расширение общего кругозора участников о творческих способностях людей.

**Упражнение «Апельсин»**

Цель: развитие воображения, формирование способности изменить форму стимула таким образом, чтобы увидеть в нем новые признаки и возможности для использования.

Инструкция: «Давайте вообразим, что это (педагог- психолог показывает мяч) – апельсин. Сейчас мы будем бросать его друг другу, говоря при этом, какой апельсин мы бросаем. Будем внимательны: постараемся не повторять уже названные качества, свойства апельсина и сделаем так, чтобы мы все принимали участие в работе».

Ведущий начинает работу, называя любую характеристику воображаемого апельсина, например, «сладкий». В процессе выполнения упражнения педагог побуждает участников к более динамичной работе, формулируя свои высказывания позитивно, например, «Давайте работать быстрее».

Также ведущий обращает внимание группы на моменты, когда происходит переход в другую содержательную плоскость. Например, звучали такие характеристики как «желтый», «оранжевый», а следующий участник говорит: «кубинский». В этом случае педагог может сказать: «Появилась новая область – страна-производитель».

**Упражнение «Куб»**

Цель: развитие креативного мышления, осознание барьеров креативности.

Описание: У ведущего в руках лист с изображением куба. Он просит посмотреть на рисунок и сказать, что на нем изображено. Участники высказывают свои версии. Педагог подводит итог, повторяя то, что было сказано. Обычно, это – рисунок, куб, геометрическая фигура, несколько квадратов, коробка, комната и т. д. Ведущий говорит: «У нас возникли разные мнения по поводу того, что изображено на этом листе. В то же время, очевидно, что на нем нет ничего, кроме двенадцати отрезков прямых. Как это объяснить?»

В процессе обсуждения участники группы высказывают идеи относительно влияния предыдущего опыта на восприятие, когда «узнается» ранее выстроенная в сознании конструкция.

В зависимости от уровня группы идея может облекаться в разные формулировки: «мы узнаем вещи, которым сами дали имя (название), при этом другие могут даже не подозревать, что этот объект означает для нас», «нам сказали, что такая форма называется кубом, поэтому мы и видим его» и т. д.

**Упражнение «Блицтурнир»**

Цель: развитие оперативности, умения логически мыслить и излагать свое мнение, развитие чувства юмора.

Описание: Каждый пишет на листке бумаги по одному вопросу, сворачивает листок и кладет в шапку. Затем участники по очереди вытаскивают листки, читают вопросы и пытаются на них ответить. Другие члены группы также могут предложить свои варианты ответов. При этом каждый имеет право не отвечать.

**Упражнение «Первая проба на роль»**

Цель: осознание применения собственной креативности, умения принимать нестандартные решения в определенных ситуациях.

Описание: В центр круга ставится стул – «стул презентации». Каждый участник группы по очереди садится на этот стул, а остальные представляют себя кинорежиссерами, которым предстоит снимать некий фильм. Для фильма, разумеется, нужно подобрать актеров, пригодных для исполнения той или иной роли. Нужно определить, какая роль по внешним признакам человека и особенностям его поведения в большей степени ему соответствует. Возможно, это роль героя из известного произведения: кинофильма, сериала, сказки. Можно придумать собственный сценарий. В этом случае, кинорежиссер должен описать, что это за герой, на роль которого способен претендовать человек на «стуле презентации»: его возраст, социальный статус, другие его характеристики, время действия фильма и т.п. Участнику, сидящему на «стуле презентации», не нужно ничего говорить. Он только слушает мнения других. Не обязательно должны высказаться все по каждому сидящему на «стуле презентации». В первую очередь, говорят те, у кого уже появилось четкое представление о возможной роли кандидата.

*Рефлексия:*

• Что Вы чувствовали, сидя на «стуле презентации»?

• Какие роли, предложенные вам кинорежиссерами, вызвали недоумение или даже протест?

• Какую роль вы бы сыграли с удовольствием?

• Трудно ли, будучи кинорежиссером, определить роль, наиболее подходящую для каждого человека?

• В каких случаях это удавалось достаточно легко?

**Упражнение «Вместе или раздельно?»**

Цель: развитие внимательности и логического мышления.

Описание: Один из участников выходит из комнаты. В это время группа договаривается о признаке, по которому она могла бы разделиться на две подгруппы. Вначале признак этот должен быть только визуальным. Например, в одном углу сидят люди, носящие очки, в другом – те, у кого очков нет. Или в одной группе – те, у кого на руке есть часы, в другой - участники без часов...

После того, как разделение произошло, в комнату возвращается игрок, которому предлагается проанализировать «картинку» и на основании увиденного сказать, какой признак лег в основу распределения участников по группам.

На «продвинутом» этапе можно попробовать проводить разделение, основываясь на качествах характера, общности интересов...

**Упражнение «Мяч желаний»**

Цель: формирование навыков и умений управления креативным процессом, развитие гибкости, оригинальности и нестандартности ответов.

Описание: Ведущий бросает участнику мяч и называет при этом любой предмет. Тот, кому достается мяч, называет три нестандартных способа использования этого предмета. Например, при броске произнесли слово «молоток». Кроме прямого назначения, молоток можно использовать в качестве пресс-папье для того, чтобы не разлетались лежащие на столе бумаги; можно использовать молоток в качестве ручки для тяжелой авоськи; можно, привязав к нему шпагат, применить его в качестве отвеса при строительных работах.

Обязательное условие – не прибегать к универсальным способам использования большинства предметов, так как почти любой предмет можно нарисовать, потрогать, понюхать, многие предметы можно подарить.

*Рефлексия:*

• Трудно ли было выполнять упражнение? Почему?

• Какие состояния возникали и как они изменялись в ходе работы?

• Что подталкивало вас на возникновение новых идей?

**Упражнение « Животное»**: Давайте продолжим тему животных и нарисуем на листах, которые я вам раздам, животного, с которым вы себя ассоциируете по каким-либо качествам, и напишем 3 из этих качества через животное, которое вы нарисовали. На данное задание вам дано 3-4 минуты. Качества, которые вы назовете, нужно будет объяснить, почему вы назвали именно их. Возьмите листы и фломастеры и приступайте к заданию!

Хорошо, вы отлично рисуете!

**Упражнение: «Как применить?»**: А теперь пришло время вам поломать голову! Но я думаю, вы справитесь! Я назову слова, для которых вам будет нужно придумать самое необычное применение в студенческой жизни – а именно на парах, в институте, в студенческой группе. Посмотрим, какие необычные варианты у вас будут. На каждое слово вам надо будет по одному варианту использования, желательно, конечно, не повторяться. Придумайте назначения для листа А4.

(Варианты могут быть такие: его, кроме прямого назначения - писать и чертить на нем - можно свернуть как самолетик, кораблик, и пускать по аудитории, можно хранить в нем семечки, чтобы есть их на перерывах, можно обвернуть что-либо, можно использовать как подкладку для ноутбука между экраном и клавиатурой, можно сделать шапку, чтобы, готовясь к экзаменам, не напекло голову летом, можно использовать как поднос для чего-либо легкого и мелкого – скрепок и так далее.)

Давайте попробуем придумать множество необычных применений к бинту, а затем и к пеналу**.** Поехали!

**Упражнение «Игра слов»** А теперь я вам раздам небольшие листочки. На них вы должны будете написать 7 слов, совершенно не связанных с собой существительных и глаголов. Остальную часть задания я расскажу, когда вы выполните эту часть, чтобы все было честно! Итак, готовы? А теперь поменяйте с соседом по парте вашими листочками и внимательно прочитайте написанные слова. Ваша задача – за 3 минуты соединить все слова в одно предложение, в котором вы говорите про себя, начиная со слов «Сегодня я», и в этом предложении обязательно должен быть смысл, слова можно переставлять. Оно может получиться смешным, но это только в плюс! Нужно уметь смеяться над собой и своим «творчеством»! Сейчас я объясню, чтобы вам стало понятнее. Например, я получила листочек со словами: взять, солнце, метла, рукопожатие, дерево, смотреть, шипеть. Я составлю такое предложение: Сегодня я взяла метлу, совершила рукопожатие со вблизи стоящим деревом, посмотрела на солнце и зашипела от его лучей! Смешно, не правда ли? А сейчас посмотрим, чем же сегодня до тренинга занимались вы! На составление предложения вам дается 2-3 минуты, потому что слова могут быть совершенно из разных областей нашей реальности!

**Задание №2**

**Как играть в друдлы**?

В наше время многие люди привыкли находить уже готовые решения и мало думают самостоятельно.

Готовые ответы в Яндексе\Гугле, приложения на смартфонах…. Но от творческих способностей во многом зависит успех в жизни. И умение разносторонне мыслить сейчас очень актуально.

В расскажу об очень интересном способе, регулярное выполнение которого в течение 30 дней даст серьезный сдвиг в вашем воображении.

СПОСОБ 1: ПРОКАЧКА МОЗГОВ

Придумайте 3-5 разных вариантов описания того, что изображено на рисунке. На самом деле для каждого изображения возможно не менее 20-30 различных толкований. Каждую картинку можно рассматривать в качестве нескольких разных друдлов поворачивая книжку разными сторонами.

СПОСОБ 2: ИГРА В КОМПАНИИ

Смысл игры подобрать как можно больше версий и интерпретаций. Игроки по очереди дают описание картинки. Описания не

должны повторяться. Кто не может придумать оригинальное описание – вылетает. Игра продолжается пока не останется один победитель.

СПОСОБ 3: ТВОРЧЕСТВО

Дорисовать друдл из той закорючки, которую вы видите на картинке, до конкретного (не абстракного) всем понятного рисунка.

**Задание№3**

**Сиквейн**- короткое нерифмованное стихотворение из 5 строк. Классический сиквейн составляется следующим образом :

первая строка - одно слово(существительное или местоимение), выражающее тему,

вторая строка - два слова (прилагательное или причастие), описывающие свойства, признаки темы,

третья строка - три слова (глаголы или деепричастия), описывающие действие темы,

четвертая строка - фраза или предложение из четырех слов, выражающее отношение автора к теме,

одно слово(любая часть речи), выражающее суть темы, резюме.

И, в *заключение,* давайте сделаем следующее: на листах, которые я вам раздам, вы нарисуете цветок – цветик-семицветик. В каждом лепестке вы напишете то качество, которое хотели бы у себя развить, какими хотели бы стать. Приступайте. Этот рисунок я советую вам сохранить на память о нашем тренинге. Также он будет началом, первым шагом к вашему самосовершенствованию. Ведь, чтобы развить у себя какие-либо качества, нужно этого захотеть и четко следовать к вашей цели, а для начала – осознать эту необходимость. Задумайтесь над этим.

**Рефлексия.**

А теперь наше занятие подходит к концу. Садитесь на своих местах так, чтобы вам было поудобнее, чтобы вы видели всех участников нашего занятия, и мы с вами немного поговорим о нашем сегодняшнем занятии. Каждому из вас представится слово, и постарайтесь в своем ответе проговорить следующие моменты:

- Понравилось ли вам наше сегодняшнее занятие?

- Появились ли у вас новые друзья сегодня?

- Понравилось ли вам работать в парах, самостоятельно, всей группой? Как больше?

- Получались ли у вас задания, которые мы выполняли? Что не удавалось?

- Заинтересовало ли вас развитие ваших креативных качеств?

- Будете ли продолжать работу над собой?