



ЧЕМОДАН ЛИДЕРА



КОМПЛЕКС РОЛЕВЫХ УПРАЖНЕНИЙ



- Упражнение 1. Прочитайте любой текст, хотя бы прогноз погоды, шепотом, с максимальной громкостью, как будто вы замерзли, как будто во рту горячая каша.
- Упражнение 2. То же самое, в сочетании со всем перечисленным, но как бы прочитал инопланетянин, человек только что научившийся говорить, робот, пятилетний ребенок, как будто вас слушает все человечество, а вы этим текстом должны объяснить, как важно стремиться делать добро друг другу, а других слов у вас нет, как будто этим текстом вы объясняетесь в любви, а другой возможности не будет.
- Упражнение 3. Не сходя со стула, посидите так, как сидит председатель Верховного Совета, пчела на цветке, кассир на рабочем месте, наказанный Буратино, невеста на свадьбе, Гамлет, преступник на скамье подсудимых. Импровизируйте.
- Упражнение 4. Изобразите как ходит младенец, лев, артист балета, французский король, индейский вождь.



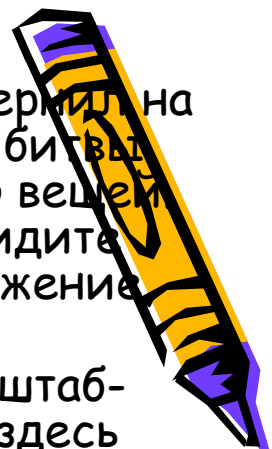
- Упражнение 5. Улыбнитесь, как улыбается очень вежливый японец, собака своему хозяину, кот на солнышке, влюбленный юноша своей девушке, волк зайцу.
- Упражнение 6. Нахмурьтесь, как король Лир, ребенок, у которого отняли игрушку, Наполеон, человек, желающий скрыть улыбку, рассерженный попугай.
- Зачем эти упражнения? Чтобы "побыть всевозможным", потренировать, урегулировать свое внутреннее состояние, научиться управлять им. Внимание и воображение помогут создать внутренние "копилки" интонаций, движений, жестов, способов проявления чувств, демонстрации мыслей, так необходимых лидеру в процессе его воздействия на людей.
- Упражнение 7 и 8. Мы предлагаем два специальных упражнения, которые помогут лидерам исправить некоторые физические недостатки, создающие определенные помехи в работе.



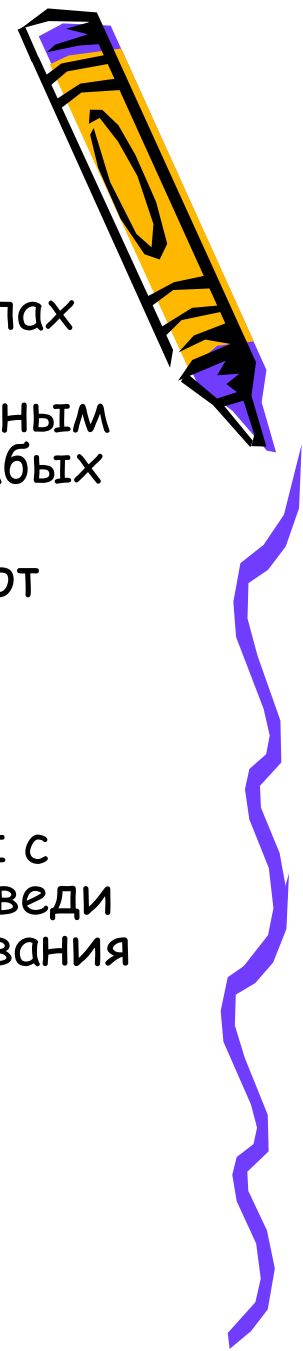
- Упражнение 9. Хорошо ли Вам известен облик Ваших товарищей по классу или членов Вашей организации? Найдите в каждом из них то, чего не замечали до сих пор. Какие глаза, волосы, форма подбородка? Опишите по памяти, а затем при встрече проверьте.
- Упражнение 10. "Как свои пять пальцев" - мы говорим так о том, что нам хорошо знакомо. Однако рассмотрите внимательно свои пять пальцев. Хорошо ли они Вам знакомы? Взгляните на свои ладони. Закройте глаза, представьте их, затем опишите.
- Упражнение 11. Индивидуальный тренинг, развивающий зрительную память и навыки наблюдательности у лидера. Проходя по улице, упражняйтесь в мгновенном "фотографировании" людей, попадающихся навстречу, домов, витрин магазинов и т.п. Глаз должен моментально запечатлевать изображение во всех подробностях. Глаза это умеют, просто Вы раньше так не делали, а потому не приучили свои глаза. Запоминать и осознавать запечатлеваемые изображения нужно тщательно тренироваться. Порядок примерно такой же, как в фотографии: снимаем - посмотрели; проявляем - запоминаем; печатаем - вспоминаем; рассматриваем отпечатки.
- Упражнение 12. Наблюдательность, зрительная память, оперативность. За 30 секунд найдите и запомните все предметы в комнате, названия которых начинаются с буквы С: стол, стул, снимок, салфетка и т.д. Чем больше, тем лучше.



- Упражнение 13. На что похоже. Рассматривая пятна туши и чернила на бумаге, трещинки на стене или камне, можно увидеть разные битвы животных, одежды, выражения лиц и бесконечное множество вещей. Всмотревшись в тени на потолке, складки на занавеси, Вы увидите разные картины. Это упражнение развивает фантазию, воображение, образное мышление, зрительную память.
- Упражнение 14. Что нового? Каждый день, входя в класс или штаб-квартиру своей организации, отыскивайте, какие произошли здесь изменения. Что нового в одежде товарищей и т.д. И так каждый день!
- Упражнение 15. Биография по взглядам. Присматривайтесь к глазам людей. Обратите внимание, какое большое количество "способов смотреть", если можно так выразиться. Занимаясь классификацией взглядов, думайте каждый раз - почему на один и тот же предмет, на одно и то же событие один человек смотрит так, а другой иначе. Изучая взгляды людей, вам придется задумываться о своеобразии характеров, о том, как складывается в результате жизненного пути особенности связей человека с другими людьми. Умение быстро осуществлять такого рода анализ необходимо лидеру.
- Упражнение 16. Живые вещи. В предыдущих упражнениях на развитие фантазии предлагалось определить, на что похоже пятно, тень, трещина... Овладев внутренним видением, предлагается пофантазировать о том, например, что будет, если стул оживет. Что бы он делал? Сколько ему лет? Какой у него характер? Что он любит и о чем мечтает? Упражнение развивает умение связывать наблюдения с фантазией.



Упражнение 17. Моделирование беседы, "зондирование души объекта" (К.С. Станиславский).



В одной из сказок Дж.Родари рассказывается о трех типах людей: стеклянные разбивались от неосторожного прикосновения; деревянные были глухи даже к сильным воздействиям; соломенные загорались даже при слабых волнениях.

Ситуация: Ты хочешь, чтобы твой знакомый отказался от просмотра интересного фильма или посещения дискотеки (на что он уже настроен) и помог тебе подготовить дело для всех членов организации.

Представь знакомого стеклянным, деревянным, соломенным, Проиграй различные варианты беседы с ним. Определив тип одного из своих знакомых, проведи реальную беседу с ним. Сравни результаты проигрывания с реальными.



Упражнение 18. Создание психологической совместимости на начальном этапе беседы.



Ситуация: Тебе надо выяснить мнение товарища по важному для тебя, но неприятному для него вопросу. Представь эту ситуацию. Учти, что в диалоге каждый из партнеров может занимать одну из 4 ролевых позиций.

- Первую назовем "позицией неучастия". Вас не заметили и не услышали. Точнее притворились, что не замечают и не слышат.
- Вторая позиция "пристройка сверху" - это позиция независимая, неподчиняемая и даже, наоборот, - подчиняющая, берущая ответственность на себя.
- Третья позиция "пристройка снизу" - позиция зависимая, подчиняемая.
- Четвертая позиция "пристройка рядом" выражает умение и желание считаться с ситуацией, понимать интересы других и распределять ответственность между собой и другим человеком.
- Позиция одного человека в диалоге очень информативна для другого и от нее зависит во многом характер протекания диалога и его результаты. Позиции людей в диалоге далеко не всегда согласованы.

Задание. Проиграй варианты беседы, используя 4 ролевых позиции. Выработай рекомендации к поведению в каждой ситуации.



Упражнение 19. Организация непосредственной беседы. В зависимости от обстоятельств человек может находиться в одной из "весовых категорий" (состояние души):

- "легкий вес" - легкость души, все хочется делать, все получается;
- "спина английской королевы" - сама фигура человека означает, что сейчас он внесет истину во все вопросы;
- «все с неохотой» - именно этим заниматься не хочется, мысли заняты другим;
- "тяжелый вес" - все очень надоело, что-то сильно болит, нет никаких сил заниматься чем-либо.

Предложи 4 ситуации, в которых будет целесообразным одно из предложенных состояний. Проиграй и проанализируй.

