

Предпринимательство и лидерство



Психологические аспекты
предпринимательской деятельности

**ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО И ЛИДЕРСТВО.
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Автор и составитель:
Дина Николаевна Понятовская-Замышляева,
консультант по работе с подростками и их семьями.
Корректор: Шпиганович Ольга Николаевна.

Рисунок на обложке:
«Продавец», Валера Макаров, 10 лет, Россия, 2011 год

Тренинговая программа содержит практические упражнения и методические указания, с помощью которых педагоги смогут сформировать у молодых людей навыки, необходимые для профессиональной и личностной самореализации и ведения предпринимательской деятельности в условиях сельской местности. Занятия курса направлены на то, чтобы развить у подростков умение работать в команде, помочь им накопить эмоционально положительный опыт самовыражения в групповой деятельности, снять барьеры к достижению успеха, повысить их самооценку и самоуважение.

Адресовано учителям, социальным педагогам, психологам, старшим школьникам и всем интересующимся предметом.

Пособие подготовлено в рамках проекта международной технической помощи «EU4Youth: «Школьный сад» для развития сельскохозяйственного предпринимательства», который финансируется Европейским союзом и софинансируется Международным зелёным крестом. Ответственность за содержание данной публикации несёт общественная организация «Белорусский зелёный крест», и она ни в коей мере не отражает точку зрения Европейского союза и Международного зелёного креста.

ОО «Белорусский зелёный крест»,
220026, Беларусь, г. Минск, Партизанский пр-т, д. 95, пом. 10
gcb@greencross.by
www.greencross.by

© Понятовская-Замышляева Д.Н.
© ОО «Белорусский зелёный крест»

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	4
Программа обучающего курса	6
Общие методические рекомендации по реализации программы	8
Занятие 1. Искусство быть предпринимателем	8
Занятие 2. О деньгах с секретом	13
Занятие 3. Невозможное становится возможным, или Умение ставить цели . . .	18
Занятие 4. Время как жизненный ресурс	23
Занятие 5. Создание команды: у каждого свой дар	26
Занятие 6. Конфликты. Переговоры. Партнерство	31
ПРИЛОЖЕНИЯ	37

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общественная организация «Белорусский зеленый крест» в рамках проекта «Школьный сад» создала оптимальные условия для развития и реализации предпринимательского потенциала молодых людей, проживающих в сельской местности, посредством поддержки и развития образовательно-производственных инкубаторов на базе школ с пришкольными участками – «школьных садов». Основная аудитория проекта – школьники от 14 лет и старше, которые приобретают опыт выращивания и реализации сельскохозяйственной продукции, получают соответствующие профессиональные знания и умения, осваивают навыки ведения собственного дела, оказания разнообразных услуг как местному, так и городскому населению, учатся заявлять о себе как о начинающих предпринимателях в области сельского хозяйства.

Данное методическое пособие содержит рекомендации по проведению тренингов обучающей программы «Предпринимательство и лидерство. Психологические аспекты предпринимательской деятельности». Программа направлена на то, чтобы помочь молодым людям подготовиться к самостоятельной жизни, обрести способность сделать осознанный выбор в пользу жизни и работы на своей малой родине, расширить их возможности для того, чтобы начать предпринимательскую деятельность на селе, благодаря чему они смогут не только обеспечить свои базовые жизненные потребности, но и реализовать свой профессиональный и личностный потенциал. Участие в тренинговой программе послужит формированию у молодых людей экологического сознания и отказу от потребительского отношения к земле. Приобретенные знания и умения помогут им укрепить свои жизненные позиции, повысить личную и социальную эффективность, снять барьеры к достижению успеха, обрести уверенность в себе, повысить самооценку и самоуважение. Занятия курса направлены также на то, чтобы развить у молодых людей умение работать в команде, помочь им накопить эмоционально положительный опыт самовыражения в групповой деятельности.

После прохождения обучающей программы ее участники приобретут следующие умения и навыки:

- выявлять свои способности и определять, в какой конкретно области сельского предпринимательства они могут быть применены;
- видеть для себя предпринимательство как профессию, жизненное призвание и стиль жизни;
- презентовать себя и свою продукцию на рынке сельскохозяйственного бизнеса и услуг;
- отличать мечты от фантазий, преобразовывать мечты в цели, правильно формулировать цели;
- использовать различные методы планирования для эффективного достижения поставленных целей (навыки тайм-менеджмента);
- осознанно относиться к деньгам как к энергии, позволяющей реализовывать жизненные цели, личные амбиции, создавать жизненные блага и ценности, тем самым улучшая качество жизни на селе;

- создавать команду единомышленников и развивать лидерские качества;
- выстраивать конструктивные межличностные отношения и разрешать конфликтные ситуации, грамотно вести переговоры и находить компромиссы;
- объективно оценивать эффективность (продуктивность) стратегии своего поведения в команде;
- обращаться в кризисных ситуациях к собственным внутренним ресурсам и ресурсам партнеров по команде;
- видеть перспективы жизни в сельской местности, воспринимать жизнь как творчество.

Для более глубокого понимания и усвоения материала данной обучающей программы рекомендуется реализовывать ее как психологический тренинг личностного роста. Занятия по данной программе не должны носить характер навязывания и проводиться в стандартном режиме школьных уроков. Приветствуется творческий подход педагогов и тренеров к организации встреч по темам обучающих модулей.

ПРОГРАММА ОБУЧАЮЩЕГО КУРСА **«ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО И ЛИДЕРСТВО.** **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ** **ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Задачи:

- формировать у участников представление о предпринимательской деятельности на селе;
- выявлять возможный круг их интересов предпринимательской направленности;
- стимулировать стремление к самоактуализации, познанию себя и способности к рефлексии в совместной деятельности;
- способствовать снятию барьеров для самопрезентации и достижения успехов; формировать мотивацию самореализации и достижения;
- формировать навыки постановки целей и задач, управления временем и проектами; определять пути достижения целей;
- формировать навыки лидера и умения работать в коллективе;
- дать опыт принятия групповых решений и управления командой;
- формировать умения вести переговоры, преодолевать кризисы, находить компромиссы в совместной работе.

Используемые методы и технологии:

- групповая дискуссия;
- проективная деловая игра;
- интерактивная игра;
- визуальные проективные методики;
- арт-терапевтические техники;
- направленная визуализация;
- групповой тренинг.

Необходимые материалы:

- бумага для письма и рисования, тетради;
- краски, карандаши простые и цветные; кисти для клея и рисования; клей, ножницы;
- скотч, разноцветные стикеры, журналы с картинками;
- музыкальные инструменты, техника для воспроизведения музыки (магнитофон, компьютер с колонками или др.); коллекция молодежной музыки, например на дисках.

Программа рассчитана на 6 встреч (каждая по 6 учебных часов с кофе-паузами и перерывами на обед). Желательно проводить по 1 встрече в неделю. Участники могут располагаться за столами, но лучше работать в круге, сидя на стульях. В помещении обязательно должны быть столы для работы. Рекомендуемое количество участников группы – 8–12 человек. Возраст участников – от 14 лет и старше.

Программа может быть использована в индивидуальном консультировании по вопросам профориентации и профессионального самоопределения.

Программа курса включает 6 обучающих модулей по следующим темам:

1. Искусство быть предпринимателем

Психологические аспекты предпринимательской деятельности. Предприниматель как профессия, дело жизни, стиль жизни. Основные качества предпринимателя. Формулирование представлений о жизнедеятельности и продукте труда предпринимателя. Актуализация индивидуальных черт, присущих предпринимателю, и представлений о возможной собственной предпринимательской деятельности. Философия преуспевающего и стратегия неудачника: осознание собственного понимания успеха. Навыки самопрезентации.

2. О деньгах с секретом

Денежное сознание: я и деньги. Бедность, богатство и сила. Правила обращения с деньгами. Наиболее распространенные ошибки в обращении с деньгами. Законы мира денег. Принципы инвестирования. Причины неприятия изобилия.

3. Невозможное становится возможным, или Умение ставить цели

Целеполагание и управление проектами. Формулирование цели так, чтобы она имела словесное выражение без отрицания (для эффективности), в настоящем времени, с учетом этических моментов (принцип «не навреди»). Умение разделять фантазии и мечты, преобразование мечты в цели. Правила постановки целей и распределения задач. Управление проектами и способы планирования.

4. Время как жизненный ресурс

Тайм-менеджмент. Осознание собственного отношения ко времени, своего положения во временном пространстве. Понимание ценности времени. Влияние взаимоотношений со временем на эмоциональное, духовное, физическое благополучие, успешность в жизни. Ориентация на то, что важно и необходимо жить в настоящем. Умение структурировать собственное время.

5. Создание команды: у каждого свой дар

Формирование команды и системное мышление. Развитие интуитивного чувствования друг друга в команде. Тренинг слаженных командных действий. Тренинг распределения ролей и обязанностей. Согласование своих способностей с намерениями и ролью. Умение давать понятные и ясные инструкции (тренинг лидерских качеств). Виды и стили лидерства. Взаимная поддержка и эффективная коммуникация в команде.

6. Конфликты. Переговоры. Партнерство

Тренинг преодоления конфликтов: способы разрешения. Тренинг невербальной коммуникации. Способность слушать, вести беседу, выражать благодарность, просить прощения, просить о помощи. Умение убеждать и умение избегать влияний и манипуляций. Умение реагировать на гнев, выражать гнев, избегать втягивания в воронку чужих эмоций. Умение выносить критические замечания и принимать последствия собственных действий и решений. Умение находить выход из нестандартных ситуаций. Умение проявлять согласованность с другими.

**ОБЩИЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
«ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО И ЛИДЕРСТВО.
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

ЗАНЯТИЕ 1
Знакомство. Искусство быть предпринимателем

Задачи:

- снять барьеры общения; развивать умения самопрезентации;
- познакомить группу с планом и тематикой курса, с правилами работы группы;
- сформулировать основные качества предпринимателя;
- актуализировать индивидуальные черты, присущие предпринимателю, и представления о возможной собственной предпринимательской деятельности.

Рассматриваемые аспекты и вопросы:

- психологические аспекты предпринимательской деятельности;
- предприниматель как профессия, дело жизни, способ жизни (предприимчивый человек, предприниматель, бизнесмен);
- основные качества предпринимателя; формирование представлений о жизнедеятельности и продукте труда предпринимателя;
- философия преуспевающего и стратегия неудачника.

Ожидаемые результаты:

- сформировано представление о предпринимательской деятельности и личностных качествах предпринимателя;
- развиты навыки самопрезентации;
- актуализированы личностные черты, на которые можно опереться в данном роде деятельности;
- вербализировано понимание собственного успеха.

Знакомство (40–60 мин.)

Первая встреча традиционно предусматривает знакомство, даже если участники давно знают друг друга. Можно провести знакомство и самопрезентации в форме ответов на следующие вопросы:

– Назови свое имя, возраст и место учебы. Есть ли у тебя опыт участия в проекте «Школьный сад»? Расскажи подробнее об этом.

- Является ли для тебя и твоей семьи тема предпринимательства совершенно новой? Есть ли в твоей семье или среди твоих знакомых предприниматели? Кого ты считаешь таковыми?
- Делаешь ли ты уже сегодня что-то, чтобы стать предпринимателем?
- Чего ты ожидаешь от курса? Что будет для тебя хорошим результатом после его окончания?

Затем ребят можно познакомить с содержанием курса, его темами.

Содержание модулей программы:

Модуль 1. Искусство быть предпринимателем

Узнаем, чем отличается предприимчивый человек от предпринимателя и бизнесмена. Выявим черты, которые помогут вам в предпринимательской деятельности. Представим, какой может быть ваша предпринимательская деятельность. Осознаем собственное понимание успеха и стратегии его достижения.

Модуль 2. Искусство обращения с деньгами

Постараемся понять собственное отношение к деньгам и поговорим о наиболее распространенных ошибках в обращении с ними. Узнаем о законах мира денег. Найдем причины страха быть богатыми. Будем учиться планировать свой бюджет.

Модуль 3. Невозможное становится возможным, или Умение ставить цели

Научимся отличать мечты от фантазий и преобразовывать мечты в цели, формулировать цели таким образом, чтобы их достигать. Будем осваивать эффективные способы планирования.

Модуль 4. Время как жизненный ресурс

Определим свое отношение ко времени, свое положение во временном пространстве. Научимся осознавать ценность времени и его влияние на эмоциональное, духовное, физическое благополучие, успешность в жизни; постараемся понять важность проживания настоящего. Будем учиться структурировать собственное время.

Модуль 5. Создание команды: у каждого свой дар

Занятия этого модуля пройдут в форме творческого практикума. Освоим навыки эффективной работы в команде, поработаем над умением достигать согласованности с другими, потренируем лидерские качества и постараемся понять, как благодаря своим способностям и чертам характера мы можем встраиваться в коллектив, команду.

Модуль 6. Конфликты. Переговоры. Партнерство

Поработаем над теми способностями и качествами предпринимателя, которые помогают преодолевать конфликты, вести переговоры, искать компромиссы и строить успешное партнерство.

После этого участники знакомятся с правилами работы группы и обсуждают их.

Правила работы группы:

- Участники и тренер должны соблюдать заранее оговоренное время начала и окончания занятий.
- Участники курса должны посетить все его занятия, чтобы ощутить изменения и личностный рост.
- Одновременно может говорить только один человек. Высказываемся кратко, по существу.
- Каждый относится с уважением к мнению других участников тренинга, даже если не согласен с ним, так как мнения всех одинаково важны.
- Конфиденциальность: любая информация личного характера, касающаяся участников и их семей, остается в группе и не обсуждается за ее пределами.
- Принцип «Я»: говорить о себе, своих чувствах, мыслях, оценивать других через высказывание собственных чувств и переживаний. Это обеспечит бережное отношение участников друг к другу и открытость.
- Не страшно, если кто-то сделает ошибки при выполнении практических заданий, направленных на формирование умений. Уверенное владение ими можно приобрести лишь путем апробирования их в безопасном пространстве нашего тренинга.
- Во время занятий участники выключают свои мобильные телефоны в знак уважения и внимательного отношения друг к другу.

Для знакомства можно использовать следующее упражнение.

Ладошка приветствия (15–20 мин.)

Есть такое незнание друг друга, которое заключается в мгновенном знании другого.

Материалы: ручки или карандаши, листы бумаги формата А4, ножницы.

Инструкция:

Каждый участник, прикладывая свою ладонь к листку бумаги, обрисовывает ее очертания, вырезает и пишет на бумажной ладошке свое имя.

Затем в течение 10 минут участники ходят по комнате, обмениваясь друг с другом бумажными ладошками и вписывая туда одним словом, фразой свои впечатления о том, чья ладошка ему досталась. Ведущий предупреждает, что обидные определения строго запрещаются.

Рефлексия:

Участники группы обмениваются мыслями, рассказывают о своих чувствах, по желанию зачитывают «собранные» впечатления других о себе и высказываются о том, что стало для них неожиданным или, наоборот, ожидаемым, приятным или ошеломляющим.

Предприимчивый человек.

Предприниматель. Бизнесмен (40–60 мин.)

Материалы: клей, ножницы, журналы с рисунками и фотографиями (для создания коллажей).

Инструкция:

Знакомы ли вам понятия «предприимчивый человек», «предприниматель», «бизнесмен»? Наверняка, среди ваших знакомых или знакомых вашей семьи найдутся те, кого можно охарактеризовать одним или даже несколькими из этих понятий.

Кто является вашим авторитетом в этой области? Кем вы восхищаетесь? Кого уважаете?

Подумайте и продолжите фразы:

– Когда я стану предпринимателем, то буду похож на...

– Для меня авторитеты в плане ведения своего дела – это...

Сейчас с помощью коллажа, составленного из образов и символов – изображений, найденных и вырезанных из журналов, вы попробуете раскрыть, углубить, а затем объяснить эти понятия.

Делим нашу группу на три подгруппы, каждая из которых будет раскрывать одно понятие. Подумайте, какое из них вам наиболее близко, и присоединитесь к соответствующей группе. Ваша задача – выразить в коллаже, как могут выглядеть достижения, продукты труда, место работы, образ жизни, семья, личные интересы, культура питания, оздоровления и досуга бизнесмена, предпринимателя и предприимчивого человека. Важно как можно полнее раскрыть аспекты жизнедеятельности этих людей. Затем возвращаемся в общий круг и обсуждаем работу.

Рефлексия:

В такой образной форме мы рассмотрели серьезные понятия. Эта работа помогла нам выявить свои потенциальные склонности, желания и мечты.

Была ли вам близка по духу та группа, в которой вы оказались?

Может, у кого-то возникло желание в будущем присоединиться к другой группе?

Возможно, после участия в тренинге желающих оказаться в группе предпринимателей и бизнесменов будет гораздо больше.

Рекомендации для ведущего:

Ведущий может дополнить высказывания участников определением этих понятий и перечислением качеств, которыми обладают эти люди.

Рассказывая о предприимчивом человеке, можно познакомить участников тренинга со **стратегиями поведения преуспевающего и неудачника:**

Преуспевающий	Неудачник
Изменяет свое поведение.	Старается изменить поведение других.
Делает.	Дает обещания.
Работает много, качественно, и при этом у него на все хватает времени. Обязательно выделяет время для отдыха.	Всегда слишком занят и при этом не успевает сделать необходимое. Времени для отдыха не находит, постоянно пребывает в состоянии стресса.
Знает, когда оказать сопротивление, а когда уступить.	Сдается, когда требуется упорное сопротивление, и сражается по пустякам.
Ценит способности других и всегда рад поучиться.	Не желает признавать способности других, концентрируется на их слабостях.
Смело рискует, чтобы сделать лучше.	Избегает вызова из-за страха ошибок и критики.

Находит возможности.	Подчеркивает проблемы.
Признает, что люди разные.	Не признает право других людей быть разными.
Вкладывает ресурсы в свое образование, способен быть гибким.	Проявляет ригидность, следует одним и тем же наработанным ролям.
Умеет находить в работе удовлетворение.	От природы не любит работать.
Готов к ответственности и способен увидеть идею в целом.	Избегает ответственности, занимает ведомые позиции, не стремится к большим успехам.
Способен увидеть возможности заработка вне своей профессии, готов поработать сверхурочно ради опыта или идеи. Способен выдерживать продолжительный стресс.	Стремится главным образом к тому, чтобы получать стабильную зарплату, иметь регулярный отпуск и нерабочие выходные.

БАШНЯ: РАБОТАЮ ОДИН / РАБОТАЮ В КОМАНДЕ (30–40 мин.)

Игра поможет узнать, какая форма ведения своего дела наиболее приемлема для каждого участника и какие стратегии он выбирает, работая в команде или самостоятельно.

Материалы: макароны (длинные толстые), пластилин, клеенки для столов.

Инструкция:

Те из вас, кто хотят работать коллективно, разбиваются на несколько команд. Кто хочет попробовать свои собственные силы, работает самостоятельно. Вам надо в течение 20 минут построить из макарон башню – как можно выше и устойчивее. В качестве скрепляющего материала используется пластилин. Победит та команда или тот человек, чья башня окажется самой высокой и устойчивой. Игра очень азартная, поэтому будет тяжело остановиться вовремя. Но мы прекратим игру, как только будет сказано слово «стоп». Если команда продолжит работать, она рискует лишиться статуса победителя.

Рефлексия:

Анализ и самоанализ личностных качеств, стратегий и ролей, выбранных будущими предпринимателями.

ВИЗИТКА ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ (60–80 мин.)

Цель упражнения – анализ и самоанализ профессионально-личностных ресурсов будущих предпринимателей.

Материалы: ручки, цветные карандаши, маркеры, фломастеры, бумага формата А3 или А2.

Инструкция:

Ваша задача – разработать (нарисовать) макет своей визитки предпринимателя (команды, коллектива), соблюдая следующие требования:

- Обозначить себя или название команды, коллектива, указать свои профессиональные и личностные ресурсы (как специалиста или команды).
- Придумать продукт (товар, услугу, программу, проект, инициативу и т.д.), который вы можете предложить на сельскохозяйственном рынке. Дать ему название.

- Указать цели и задачи вашего проекта. Описать, что получат потенциальные потребители от его реализации.
- Определить собственную личную выгоду, которую вы ожидаете получить в результате внедрения своего продукта (товара, услуги, проекта, идеи, программы).
- Составить смету материальных расходов с учетом всех необходимых ресурсов. Ответить на вопрос, сколько вы как специалист рассчитываете получить за свою работу, во сколько ее оцениваете, сколько может стоить ваш продукт на потребительском рынке.

Эту работу вы можете выполнять очень образно и красочно. Помните, что это визитка, которая вас представляет. По окончании работы вы продемонстрируете макеты своих визиток.

ЗАВЕРШЕНИЕ. КТО СЕГОДНЯ САМЫЙ-САМЫЙ... (30 мин.)

Ведущий предлагает всем участникам группы одновременно указать пальцем на того, кто сегодня:

- был самым активным;
- проявил несвойственную для него смелость и инициативность;
- проявился с новой для вас стороны;
- удивил больше всех;
- помог вам;
- был звездой группы;
- остался доволен работой;
- благодарен за работу.

ЗАНЯТИЕ 2

О деньгах с секретом

Задачи:

- учить искусству взаимодействия с миром денег;
- формировать денежное сознание и разумное отношение к деньгам;
- помочь в понимании своих стратегий отношений с деньгами;
- учить планировать свой бюджет согласно закону распределения денежных средств;
- помочь осознать причины неприятия денег и страха изобилия.

Рассматриваемые аспекты и вопросы:

- наиболее распространенные ошибки в обращении с деньгами;
- законы мира денег (получение, расходование, накопление, инвестирование);
- отличие «своего дела» от «бизнеса».

Ожидаемые результаты:

- сформированы умения рассчитывать свой материальный баланс (поступления и расходы) и планировать свои расходы с учетом законов распределения денежных средств;
- усвоены наиболее распространенные ошибки обращения с деньгами, усвоены принципы инвестирования денег.

ВСТУПЛЕНИЕ

Через проработку данной темы можно провести ревизию своих убеждений, выстроить новые продуктивные намерения, преобразовать страхи, связанные деньгами, в конструктивные убеждения и т.п. Один из законов жизни гласит: на что направляешь внимание, то и получаешь. Следовательно, прорабатывая эту тему и начиная думать о деньгах позитивно, мы повышаем шансы, что и в нашем кошельке средств станет больше.

Итак, деньги уже рядом... За дело? Материализуем?

Занятие по этой теме можно начать с анализа притчи.

АЛМАЗ (ПРИТЧА)

Мы редко думаем о том, что имеем, гораздо чаще размышляем о том, чего нам недостает...

Однажды, копаясь на своем поле, крестьянин нашел необычный камешек и подумал, что он мог бы понравиться его детям, они могли бы играть с ним. Поэтому он положил камешек в карман и принес домой.

Дети – везде дети! Они играли с камешком, пока он им не надоел, а потом положили на подоконник и забыли о нем.

Как-то странствующий человек искал себе ночлег, и крестьянин пригласил его к себе домой. Они поужинали чем бог послал, а потом путешественник, который знал множество вещей обо всем на свете, рассказывал о том, что повидал. И между прочим сказал:

– Я знаю место, где можно найти алмазы прямо на берегу реки. Приложив немного усилий, можно сказочно разбогатеть! Работая же на своей земле в поте лица, ты вынужден трудиться от зари до зари всю свою жизнь.

На следующее утро гость ушел, а в мыслях крестьянина зародилась надежда, которая переросла в желание, полностью захватившее его. Бедняк решил отправиться на поиски этой реки, сказав жене и детям:

– Вы должны подождать, лет через пять я вернусь сказочно богатым!

Он приложил множество усилий, усердно трудился, но и через пять лет не нашел того места, где легко можно было бы добыть алмазы и разбогатеть. Однако за эти пять лет он твердо усвоил, что такое алмаз.

И когда он вернулся домой с одной дорожной сумой, в которой лежали скромные подарки, и приблизился к своей хижине, то не поверил собственным глазам – редчайший

и величайший алмаз, который только можно было себе вообразить, лежал, заброшенный и забытый всеми, на подоконнике в его доме! И тогда бедняк вспомнил, как его нашел.

Деньги – это... (15–20 мин.)

Каждый участник должен продолжить фразу «*Деньги – это...*», рассказав о своих чувствах, ассоциациях, связанных с деньгами, о том, что это для него значит, что бы он хотел узнать во время этого занятия.

Гости (30–40 мин.)

Представьте себе, что вы находитесь у себя дома. И вдруг слышите звонок в дверь, смотрите в глазок и видите, что к вам в гости пришли деньги в виде людей. Что вы будете делать? Если вы откроете дверь, деньги зайдут к вам? Сколько будет человек? Вы останетесь стоять в коридоре или пригласите деньги в комнату? Что произойдет дальше? Как вы себя будете чувствовать в присутствии денег? Как они почувствуют себя у вас дома? Пофантазируйте, что произойдет дальше. Может, вы попьете чаю с ними, поговорите... Но вот пришло время вашим гостям уходить. Как вы себя почувствуете при этом? Вы позволите им свободно уйти или попыдаете задержать? Что будет с вами, когда деньги уйдут?

Рефлексия:

Ведущий задает вопросы: «Как вы думаете, если бы вы закрыли дверь на замок и не хотели выпускать своих гостей, как бы они чувствовали себя при этом? Захотелось бы им прийти еще раз?» и т.д. Он должен обратить внимание на стратегии взаимодействия подростков с деньгами, на чувства, которые возникают у ребят, когда они говорят о деньгах, проинтерпретировать эти чувства и действия для лучшего осознания их подростками.

Рекомендации для ведущего:

Важно сделать акцент на том, что деньги по своей природе сродни потоку воды, который находится в постоянном движении, обновляется, усиливается или ослабевает. Они утекают, бегут от тех, кто хочет «лишить их пространства».

Чтобы подвести итоги этого упражнения, стоит сказать о **Правилах обращения с деньгами:**

1. Не закливайте на них и на источнике дохода.
2. Любите то состояние, когда они есть.
3. Уважайте их.
4. Наслаждайтесь ими.
5. С помощью денег улучшайте свою жизнь и жизнь близких.
6. Соблюдайте баланс между «давать» и «брать».

Деньги, как электричество или радиоволны – абсолютно нейтральная сила, энергия, которую можно использовать как для добра, так и для зла. Деньги должны, прежде всего, приносить радость и удовольствие.

ДЕНЕЖНЫЙ ОБМЕН (30 мин.)

Материалы и оборудование: деньги (необходимо предупредить участников заранее, чтобы каждый принес их с собой), техника для воспроизведения музыки (магнитофон, ноутбук, смартфон).

Инструкция:

Поясните, что ребята могут использовать в игре такое количество денег, которым им не жалко рискнуть. (Можно использовать деньги, которые уже не в ходу, или ненастоящие, но тогда игра не приобретет того динамизма, который могут обеспечить «реальные» деньги, пускай даже невысокого номинала.)

Важно правильно изложить суть игры: «Вы садитесь в круг и, когда включается музыка, начинаете передавать друг другу деньги, то есть обмениваться ими, причем таким образом, какой посчитаете для себя наилучшим. Продолжайте это делать, пока не перестанет звучать музыка». На все другие уточняющие вопросы ребят о том, как именно нужно делать обмен, отвечайте: «Не знаю. Просто обменивайтесь, как считаете возможным».

Рефлексия:

Все мы разными способами обмениваемся друг с другом деньгами: покупаем что-то или продаем, даем и берем деньги в долг, дарим или получаем в подарок. После этих обменов у кого-то денег становится больше, у кого-то меньше. После игры попросите ребят посчитать свои деньги: у кого прибыло, у кого убыло, а кто остался при своих – не обеднел и не разбогател. Пусть каждый оценит и расскажет, какую стратегию он выбрал в игре.

Рекомендации для ведущего:

Обратите внимание подростков на то, что деньги придуманы для обеспечения круговорота энергии, обмена ее между людьми. Порассуждайте с ребятами, почему у одних людей этих заветных бумажек (золотых слитков, драгоценных камешков и пластиковых карточек) больше, а у других меньше? Как привлечь к себе деньги и приумножить их? Как быть довольным тем, что имеешь, как быть счастливым и с деньгами, и без? Лучше, конечно, с деньгами...

Расскажите о **Пяти источниках изобилия**: любви, дружбе, шансе, деньгах, счастье. Донесите до детей, что деньги – абсолютно нейтральная сила, энергия, которую можно использовать как для добра, так и для зла. Деньги должны, прежде всего, приносить радость и удовольствие.

Поговорите о **Причинах непринятия изобилия**: страхе (перед жизнью, деньгами); недоверии к себе и жизни; нежелании брать на себя ответственность; нелюбви к себе; неуверенности в себе; недостаточном чувстве собственного достоинства; чувстве вины; лени; зависти; восприятию денег как чего-то некрасивого, «грязного».

Обсудите **Наиболее распространенные ошибки в обращении с деньгами** (Приложение 1).

А МОЖЕТ, Я УЖЕ БОГАТ? (30 мин.)

Материалы: ручки, карандаши, тетради или бумага формата А4.

Инструкция:

Перечислите все ваши источники дохода (зарплата, прибыль от предпринимательства, стипендия, доходы из различных фондов, деньги спонсоров, государственные пенсии, помощь родственников, регулярно получаемые подарки и др.).

Запишите все имеющиеся у вас материальные и нематериальные активы и пассивы, укажите их нынешнюю рыночную стоимость (Приложение 2).

Например:

двухкомнатная квартира	45 000 \$
серьги золотые, одна пара	200 \$
мобильный телефон	100 \$
персональный компьютер	300 \$

Рефлексия:

Проанализируйте написанное. Поставьте галочки напротив тех объектов, которые действительно дают вам энергию денег, а каким-то другим знаком отметьте то, что потребляет, требует денег. Выводы запишите.

Возможно, вы богаты, но еще не знаете об этом?

Рекомендации для ведущего:

Расскажите ребятам о **Законах мира денег** (Приложение 3), **Принципах инвестирования** (Приложение 4) и еще раз напомните об **Источниках изобилия**: любви, дружбе, шансе, деньгах, счастье.

Познакомьте их с **Законом распределения денежных доходов**: если ваш доход принять за 100%, то 80% – тратить, 10% – откладывать, 10% – инвестировать (8:1:1)!

ДЕНЕЖНЫЙ ТАЛИСМАН (30–40 мин.)

Материалы: листы бумаги формата А4, карандаши, мелки, фломастеры, кисти, краски.

Инструкция:

Мысленно оцените свою нынешнюю ситуацию с деньгами (на это вам дается одна минута). А теперь подумайте о той ситуации, которая будет соответствовать всем вашим желаниям и ожиданиям, связанным с деньгами. Нарисуйте свой талисман процветания, БОГатства. Вложите свою энергию в свой будущий успех. Этот рисунок вы можете выполнить в круге или в квадрате, выбрать любую форму-фон для этого.

Вспомните, как в детстве вы разрисовывали раскраски. Выбирайте такие цвета и узоры, которые, на ваш взгляд, наилучшим образом будут характеризовать желаемую ситуацию с деньгами. Назовите то, что получилось. Слева напишите ваше отработанное убеждение по поводу денег – это уже в прошлом. Справа напишите конструктивные, продуктивные, магические убеждения, которые помогут улучшить ситуацию с деньгами.

ЗАВЕРШЕНИЕ. ПИСЬМО ДЕНЬГАМ (30 мин.)

Это письмо мы «напишем» устно. Какие чувства к деньгам вы испытываете? Попробуйте сформулировать окончания следующих фраз:

- Я люблю деньги за то, что...
- Я думаю о своем нынешнем финансовом положении, что...
- Мой самый большой страх относительно денег – это...
- Когда я был (была) ребенком, то узнал (узнала) о деньгах, что...
- Я прощаю деньги за то, что...
- В своих взаимоотношениях с деньгами я хотел (хотела) бы изменить, улучшить...

ЗАНЯТИЕ 3

Невозможное становится возможным, или Умение ставить цели

Задачи:

- развивать умение отличать мечты от фантазий, трансформировать мечты в цели;
- развивать умение формулировать цель, выбирать значимые цели и двигаться в направлении поставленной цели;
- обучать использованию эффективных способов планирования (работа со схемами, графиками, принципами планирования).

Рассматриваемые аспекты и вопросы:

- осознанные профессиональные или жизненные выборы (активизация стремления к самореализации);
- правила постановки целей и распределения задач;
- этапы формирования цели;
- управление проектами и способы планирования.

Ожидаемые результаты:

сформированы навыки целеполагания.

ВСТУПЛЕНИЕ

Предложите ребятам подумать над высказываниями:

«И слабейший из смертных может изменить ход будущего».

«Мы не выбираем времена, мы можем лишь решать, как жить во времена, которые выбрали нас».

Говорят, что японцы, которые умеют добиваться своего, 95% времени тратят именно на планирование и лишь 5% – на собственно реализацию.

СИЛА ВОЗДЕЙСТВИЯ ПОСТАВЛЕННОЙ ЦЕЛИ (5 мин.)

Встаньте, поставьте ноги на ширине плеч, руки вытяните вперед параллельно полу. Затем сделайте поворот всем корпусом назад и зафиксируйте взглядом на стене то место, на которое указывают ваши руки. Вернитесь в исходное положение. Закройте глаза. Представьте себе, что в следующий раз вам удастся повернуться значительно дальше. Теперь откройте глаза, снова вытяните руки вперед, повернитесь всем корпусом и сделайте новую мысленную отметку на стене. Сравнивая эту отметку с той, которая зафиксировала ваш первый поворот, вы можете наглядно убедиться в реальной силе воздействия поставленной перед собой цели.

Это простая физическая метафора, предлагаемая А. Роббинсом.

СВОБОДЕН! (30 мин.)

Это задание поможет ребятам сосредоточиться на своих желаниях и понять, чего они хотят. Это важно, ведь желания – это половина жизни, безразличие – половина смерти. Мысленно попадая в условия, невозможные в реальной жизни, они смогут увидеть для себя новые цели – те, которые, возможно, были скрыты пеленой условностей, иллюзий и устаревших представлений.

Материалы: ручки, тетради или листы формата А4.

Инструкция:

Сейчас вы переживете что-то вроде потрясения, и это, возможно, поможет вам взглянуть на свою жизнь по-новому. У каждого из нас есть множество желаний и целей. Некоторые из них мы осознаем и стремимся удовлетворить. О других мы догадываемся, однако предпочитаем оставлять их в тени своего сознания. А некоторые наши желания прячутся в самых темных глубинах нашего бессознательного. Что произойдет, если мы станем более ясно понимать наши желания и цели?

Представьте себе, что вы приняли волшебную таблетку, которая на время устраняет все сдерживающие факторы, усвоенные правила. Вы освобождаетесь от робости, нерешительности, тревожности, от внутренней цензуры и любого внешнего давления. Действие волшебной таблетки продолжается в течение недели.

Что вы будете делать все это время? Что вы будете говорить? Какой будет ваша жизнь? Как вы будете себя чувствовать? Подумайте (напишите), как бы вы прожили эту неделю. У вас есть на это четверть часа.

Рефлексия:

А теперь подумайте, могли бы вы сделать что-то из того, что записали, и без волшебной таблетки? К каким целям вы можете стремиться и без нее?

ЧЬЕ ЭТО ЖЕЛАНИЕ? (30–40 мин.)

Материалы: ручки, карандаши трех цветов (красный, зеленый, желтый), листы бумаги формата А4.

Инструкция:

На листе бумаги напишите как можно больше своих желаний: что вы хотите, чтобы с вами произошло в будущем, как вы хотите жить, что иметь, чему научиться, на кого

выучиться, как себя чувствовать, что сделать и т.д. Напишите как можно больше своих желаний.

Рефлексия:

Теперь возьмите красный карандаш и отметьте им те желания, исполнение которых особенно порадует ваших родителей. Зеленым – те, исполнение которых даст вам ощущения престижа. Желтым цветом отметьте желания, читая которые, вы чувствуете, как по телу пробегает дрожь от счастья и приятного волнения, возникает непринужденная улыбка, на сердце становится легко. Эти желания и будут именно вашими. И в их исполнении будет наибольший смысл для вас.

Продолжить тему можно обсуждением притчи.

ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ (ПРИТЧА)

Один человек спросил у мудреца:

– Чем, по-вашему, я могу заслужить милость Бога?

– Откуда же мне знать? – ответил тот. – В Библии сказано, что Авраам постоянно проявлял доброжелательность, и поэтому Бог был с ним. Илия молился, и Бог был с ним. Давид правил царством, и Бог был с ним.

– Как же мне узнать, что предназначено мне?

– Спроси свое сердце, какое дело ему милее всего – то и делай.

Смысл жизни связан с духовным измерением, в котором живет человек. Цели – с остальными измерениями: физическим, психологическим и социальным. Люди не планируют неудачи, они неудачно планируют.

Поэтому следующая важная задача – **научить ребят правильно ставить цели**. Ведущий озвучивает принципы постановки целей, записывает их на доске или флипчарте, дает пояснения, если участникам что-то непонятно.

Принципы постановки целей:

- Принцип первый: **цель должна быть конкретной.**
- Принцип второй: **цель должна быть реалистичной.**
- Принцип третий: **реализация цели должна зависеть только от вас.**
- Принцип четвертый: **цель должна «греть».**

КАК ФОРМУЛИРОВАТЬ ЦЕЛИ (20–30 мин.)

Материалы: ручки, тетради или листы бумаги формата А4.

Инструкция:

Ребята пробуют формулировать цели, опираясь на следующие правила:

- во-первых, **цель должна быть сформулирована в настоящем времени;**
- во-вторых, **в формулировке цели не должно быть отрицательных оборотов;**
- в-третьих, **цель должна быть сформулирована очень четко.**

Задача участников тренинга – сформулировать и записать свои цели. Ведущий при этом помогает соотнести формулировки целей с вышеизложенными **принципами и правилами**, просит ребят перестроить фразы, записать их в нескольких разных вариантах. Такое переписывание поможет видоизменить формулировку каждой цели и получить в итоге наиболее удачную.

Рефлексия:

Цели нужно пересматривать. Сохраните листки, на которых записаны окончательные формулировки ваших целей, время от времени перечитывайте их и проверяйте: продолжают ли цели вас «греть»? Ведь время идет – человек меняется, меняются его приоритеты. Умение ставить перед собой цели подразумевает и умение отказываться от тех из них, которые перестали быть актуальными. Не нужно становиться рабом однажды принятых решений! Если цель перестала «греть» – самое время поставить перед собой новую.

Теперь, когда у вас в руках листки бумаги с записанными на них формулировками целей, подумайте, что вы можете сделать для достижения каждой из этих целей прямо сейчас. Ну, в крайнем случае, завтра утром. Это может быть очень маленький шаг. Какой бы глобальной ни была каждая цель, путь к ней можно разбить на очень простые шаги, первый из которых можно сделать... Правильно, сейчас!

Этапы достижения цели (60 мин.)

Материалы: ручки, тетради или листы бумаги формата А4.

Инструкция: участникам тренинга предлагается выбрать какую-либо свою цель и расписать этапы ее достижения, воспользовавшись таблицей из Приложения 5.

Работа в команде также требует **умения ставить цели и находить пути их реализации**. Следующее упражнение позволяет потренироваться в управлении проектами.

Больше / Меньше / Так, как есть (30–40 мин.)

Материалы: доска или флипчарт, мелки или маркеры трех цветов (зеленый, красный, желтый), стикеры трех цветов, тетради или листы бумаги формата А4.

Инструкция:

Представьте задачу, которую вам надо решить в рамках вашей работы на пришкольном участке. Переформулируйте ее в цель, согласно принципам и правилам, о которых мы говорили выше. Запишите эту цель.

Теперь вы должны рассмотреть пути ее достижения со следующих позиций:

- делать для ее достижения больше, чем это делалось ранее;
- делать для ее достижения меньше, чем это делалось ранее (перестать это делать вообще);
- продолжать делать что-то для ее достижения так, как это уже делалось на протяжении определенного времени.

На доске или флипчарте необходимо подготовить такую таблицу, написав названия колонок разными цветами (зеленым, красным и желтым):

Цель:		
Делать больше	Делать меньше (перестать вообще делать)	Продолжать делать так, как есть

Каждый участник получает стикеры трех цветов: зеленого, красного и желтого. Можно соотнести эти три цвета с цветами светофора:

- Зеленый цвет означает «делать больше».
- Красный означает «делать меньше или прекратить делать».
- Желтый означает «продолжать делать так, как есть».

На выданных листочках каждый из участников записывает задачи для достижения цели (по одной задаче на каждом листочке). При этом важно помнить об обозначениях цветов.

Затем они приклеивают стикеры с написанными задачами в соответствующую колонку на доске или на флипчарте.

Рефлексия:

Участники озвучивают и обсуждают написанные задачи. Когда работа будет выполнена, они должны будут коллективно принять на себя одно или два обязательства выполнять какое-то действие в соответствии со своими записями (по-иному, не так, как это делалось ранее).

ЗАВЕРШЕНИЕ. СОТВОРЕНИЕ МИРА, или Мой мир и я – ЕГО ТВОРЕЦ (60 мин.)

Материалы и оборудование: краски, кисти, мелки, карандаши, журналы для коллажей, клей, ножницы, листы бумаги формата А3, техника для воспроизведения музыки.

Инструкция:

Предложите ребятам создать коллаж или рисунок на тему «Я и мой Мир» (каким я себе представляю свой мир, что меня окружает, как мой мир будет выглядеть в ближайшем будущем). Это упражнение поможет ребятам выразить эмоциональное символическое восприятия себя в мире и визуализировать свои намерения. Оно может стать хорошим резюмирующим этапом данного занятия.

Обязательно следует предоставить возможность каждому участнику рассказать о своем коллаже.

ЗАНЯТИЕ 4

Время как жизненный ресурс

Задачи:

- формировать навыки структурирования времени и рационального его использования;
- учить осознавать свое отношение ко времени, свое положение во временном пространстве;
- обучать использованию различных «организаторов», графиков и принципов распределения времени.

Рассматриваемые аспекты и вопросы:

- ценность времени;
- ориентация на то, что важно и необходимо жить в настоящем;
- влияние взаимоотношений со временем на эмоциональное, духовное, физическое благополучие, на успешность в жизни;
- принципы распределения времени.

Ожидаемые результаты:

сформировано умение структурировать собственное время.

ВСТУПЛЕНИЕ

Его можно начать с мысли о том, что время – главный жизненный ресурс. В жизни часто случается так, что время приобретает важные экономические характеристики. При том, что это единственный ресурс, который никогда и ни за какие деньги не купишь и ни при каких условиях не вернешь назад.

ИНТУИТИВНЫЙ СЧЕТ (10–15 мин.)

Это маленькое упражнение послужит эпиграфом к теме модуля.

Инструкция:

По хлопку ведущего ребята должны начать счет: «Один, два, три...» и т.д. При этом каждый участник произносит одну цифру, и заранее договариваться, кто начнет считать, нельзя. Если какое-то число одновременно назвали несколько участников, группа должна начать счет заново. И так до большего «вчувствования» друг в друга. Ведущий старается заметить, кто начинает счет, а кто продолжает.

Рефлексия:

Мы недаром начали день со счета. Так отсчитывают ход времени часы, календарные листы, месяцы, годы. А как вы ощущаете свое собственное время? Ощущаете его в текущем или постоянстве, в резком изменении (ветер перемен) или в «застревании» (время остановилось, все замерло)?

ВРЕМЯ – ЭТО... (10–15 мин.)

Материалы: ручки, листы бумаги формата А4 или тетради.

Инструкция:

Участники по кругу высказываются, продолжая фразу: «Время – это...» Их задача – охарактеризовать время двумя-тремя словами: назвать ассоциации, мысли, чувства, которые у них связаны со временем.

В своих тетрадях ребята могут изобразить время в виде прямой и отметить, в какой точке этой прямой они находятся.

Затем ведущий может озадачить ребят вопросами:

- Как складываются ваши отношения с жизнью и со временем?
- Вы проживаете свое время «понарошку» или умеете ценить его – жить в настоящем?
- Не бывает ли в вашей жизни периодов, когда вы просто не знаете, чем заняться и куда девать время?
- Помните ли вы, чем занимались вчера, позавчера? А несколько дней назад?

ФОТОГРАФИЯ ДНЯ (20 мин.)

Материалы: тетради или листы бумаги формата А4, ручки, образцы печатной продукции для демонстрации (несколько разных видов блокнотов и календарей).

Инструкция:

Это упражнение поможет вам научиться использовать и распределять свое время рационально. Воспользуемся таблицей (Приложение 6), в которой каждый вечер вы можете записывать по часам все то, чем занимались в течение дня. Заполним ее сейчас и дадим ей название.

Рефлексия:

С помощью этой таблицы вы можете оценить, насколько качественно и рационально вы используете свое время. Название таблицы – это про вас на сегодняшний день. Какие чувства вызывает у вас увиденное? Делали ли вы вчера что-то для того, чтобы завтра стать на шаг ближе к исполнению ваших целей. Если нет, составьте план завтрашнего дня с учетом дел, необходимых для реализации ваших целей.

Рекомендации для ведущего:

Ведущий может донести до ребят мысль о том, как важно учиться чувствовать свое время, понимать его ценность и осознавать влияние взаимоотношений со временем на эмоциональное, духовное, физическое благополучие, на успешность в жизни. Важно учиться структурировать свое время, планировать его.

Чтобы научиться упорядочивать использование и распределение своего времени, можно взять за правило записывать свои планы: на день, на неделю, на месяц, на год и даже на далекую перспективу – на 5–10 лет вперед. Планы на ближайшие дни можно записывать в вольной форме или составлять списки дел со сроками их выполнения, например с помощью электронного органайзера. Самый лучший вариант – использовать специальные записные книжки (ежедневники и еженедельники), а также различные календари – большие настенные с «сеткой», настольные с перекидными страницами и другие (обязательно продемонстрируйте образцы таких записных книжек и календарей).

Может возникнуть вопрос, зачем так усложнять себе жизнь? На самом деле, если бы такое планирование не помогало людям, на рынке не было бы такого спроса на эту печатную продукцию. Структурирование времени в любой удобной для каждого форме позволяет не перегружать голову и освободить место для творчества. Структурирование времени – это важный аспект в жизни человека, позволяющий жить **здесь и сейчас, а не там и потом.**

КРУГ ВРЕМЕНИ (10 мин.)

Перед вами круг (Приложение 7), в котором каждый сектор соответствует важной области жизни. Попробуйте распределить ваше время по этим секторам и показать в процентах, сколько вы тратите его на каждую область? На какую сферу жизни у вас уходит больше всего времени? Это вас удивляет, огорчает, радует? Потраченное время уходит впустую или затраты оправдывают себя?

Еще раз посмотрите на круг, прислушайтесь к себе и своим чувствам, отвечая при этом на вопрос: оправдана ли такая трата времени на ту или иную область жизни сегодня? Поможет ли она в достижении ваших целей завтра?

ОКНА ВРЕМЕНИ:

ПРОШЛОЕ, НАСТОЯЩЕЕ, БУДУЩЕЕ (60–90 мин.)

Материалы: по три листа формата А4 для каждого участника, цветные карандаши, краски, кисти, клей, ножницы, журналы для коллажей.

Инструкция:

На каждом из трех листов, которые вы озаглавите «Прошлое», «Настоящее», «Будущее», вам нужно сделать образное представление себя в каждом «окне». Это может быть ваш собственный образ (портрет) или символическое выражение того, на что шло, идет и будет уходить ваше время; это может быть ваш собственный образ времени: прошлого, настоящего, будущего. При этом можно обратить внимание на то, с какой стихией (земля, вода, огонь, воздух) у вас больше ассоциируется время.

Резюме:

Для того чтобы полноценно жить, важны все три аспекта времени: знание прошлого, проживание настоящего и планирование будущего. Самое сложное – жить настоящим моментом: присутствовать, осознавать, что переживаешь в настоящий момент, не застревая в прошлых переживаниях и не улетающая в фантазии будущего.

ЗАВЕРШЕНИЕ. КАК МЫ СПЕЕМ (30 мин.)

Давайте поразмыслим! Орех, созревая, твердеет. Вишня, созревая, наливается соком. Персик становится мягким, а у груши розовеет бочок. Каждый фрукт спеет по-своему. Но человек – удивительное создание: он зреет, и воля его твердеет, а душа становится мягче. Выскажетесь о том, кто как спеет. Кого как должно изменить время? Образно говоря, в какой фрукт или плод вы превратитесь?

ЗАНЯТИЕ 5

Создание команды: у каждого свой дар

Задачи:

- развивать интуитивное чувствование друг друга в команде;
- развивать навыки слаженных командных действий (корпорации);
- тренировать умение распределять роли и обязанности в группе между ее членами;
- развивать умение давать понятные и ясные инструкции (тренинг лидерских качеств);
- развивать навыки взаимной поддержки и эффективной коммуникации в команде.

Рассматриваемые аспекты и вопросы:

- команда и системное мышление;
- способности и самореализация в группе;
- виды и стили лидерства.

Ожидаемые результаты:

- сформированы навыки взаимной поддержки и корпоративного взаимодействия;
- созданы условия для актуализации лидерских качеств и умений.

Скованные одной цепью (5–8 мин.)

Инструкция:

Группе надо встать в одну линию плечом к плечу и щиколоткой к щиколотке. Для выполнения упражнения участники должны сконцентрироваться. Им следует пройти определенное расстояние, не разрывая контакта в щиколотках и плечах. Задача считается выполненной, если группа преодолела необходимое расстояние, не нарушив этого условия.

Рефлексия:

Анализируем, удалось ли участникам выполнить это упражнение. Каковы были стратегии движения? Кому из группы было тяжело? Кто почувствовал азарт, драйв? Оцениваем работу команды.

Метафора команды (30–40 мин.)

Инструкция:

Участникам предлагается выразить свое видение группы, придумав для нее какой-либо образ, сравнение или символ. Например, можно сравнить группу с машиной класса люкс или с разваливающейся телегой, летящей птицей или медленно ползущей черепахой. Каждый участник предлагает свою метафору. Ее можно выразить в технике коллажа или разбиться на небольшие группы и представить «скульптуру» или маленькую сценку.

Рефлексия:

Диагностика восприятия членами коллектива его эффективности и жизнеспособности. На основе предложенных в ходе упражнения метафор можно выделить сильные и слабые стороны работы конкретной группы.

Резюме:

Мы заслуживаем тот коллектив, который сложился с нашим участием. Каждый из нас вносит свой вклад в формирование команды и в то, как развиваются отношения между ее членами. Каждый несет ответственность за свой вклад в общее. Если вам нравится ваш коллектив, давайте сделаем его еще эффективнее. А если вы недовольны вашей командой, давайте сегодня поработаем над ее улучшением.

Рекомендации для ведущего:

На этом этапе тренинга рекомендуется рассказать о том, что у любого коллектива или группы есть порядки развития и законы существования:

Первый порядок – Целое больше его отдельных частей.

Второй порядок – Принадлежность.

Третий порядок – Иерархия.

Четвертый порядок – Порядок прогресса.

Стихии мироздания (30 мин.)

Инструкция:

Каждый участник группы должен поочередно рассказать о своем знаке Зодиака – но не словами, а с помощью движений! Другие при этом отгадывают, какой знак изображается. Если кто-то из ребят не знает, к какому знаку он принадлежит, ведущий должен подсказать ему, но так, чтобы группа не услышала.

После этого участники объединяются по знакам Зодиака. Каждый знак Зодиака символизирует одну из четырех стихий, и группа должна разделиться таким образом, чтобы получились четыре подгруппы, представляющие эти стихии: землю, воду, огонь, воздух.

Затем каждой группе надо представить свою стихию с помощью маленькой театральной инсценировки (можно использовать музыкальные инструменты) продолжительностью не более 5 минут: назвать качества своей стихии, постараться показать, как эти качества представлены в характере человека, его темпераменте, его профессии.

Рекомендации для ведущего:

В любом феномене мира можно найти отражение всех стихий мироздания. Так и любые коллективы, команды можно рассмотреть через принцип, который называется Соляным. Рассмотрим коллектив с точки зрения **Соляной системы координат**:

1. Земля – техническое оснащение, материальная база (секретари, технические работники, бухгалтеры, люди, отвечающие за быт; эту роль могут выполнять партнеры вашей организации, на которых вы опираетесь). **Это основные работники – делатели.** Их должно быть много.

2. Вода – функциональные группы (творцы и исполнители). Их нужно в достаточном количестве, чтобы реализовывать идеи, но меньше, чем технического персонала. **Они часто оказывают большую эмоциональную поддержку коллективу, создают корпоративный дух.**

3. Огонь – пиар, продвижение, реклама, связи с общественностью. Их надо существенно меньше, чем творцов и исполнителей. **Это те, кто продвигают команду, борются за ее жизнеспособность, стоят на страже идей и принципов.**

4. Воздух – методисты по научной части, разработчики. Их надо мало, иначе в коллективе будут споры, трудно будет прийти к согласию. **Они – мозг команды. Отвечают за разработку идей и их донесение до потребителей продукта компании.**

5. Эфир – идея, смысл, руководство. Руководитель всегда один. **Он задает тон, отвечает за дух и объединяет всех. Он служит команде, служа Идее.**

Если руководитель будет выстраивать свою команду, придерживаясь Солярного принципа, работа будет эффективной, и каждый будет согласован со своей ролью.

ОРКЕСТР И ДИРИЖЕР (30 мин.)

Материалы: музыкальные шумовые инструменты.

Инструкция:

Выбирается дирижер, который пробует со своим оркестром сыграть слаженную мелодию. Он управляет оркестром: задает мелодию, говорит, кому солировать, кому вступать следующим, кому как играть (тихо, громко, быстро, медленно и т.д.).

Рефлексия:

Удалась ли дирижеру его роль? Как дирижер сам чувствует, справился он или нет? Каково быть дирижером?

Рекомендации для ведущего:

На этом этапе можно поговорить с группой о качествах лидера: оптимизме, осмысленности деятельности, ответственности, умении воодушевлять, лояльности к членам коллектива, умении создавать команду союзников, взаимодействовать с другими в уважительной манере, а также о **стилях руководства** (Приложение 8).

Основные тезисы по теме «Руководство»:

- Очень сложный вопрос.
- Написаны тысячи книг.
- Не существует единственно «правильного» стиля.
- Стиль должен подходить человеку, который руководит.

ФОТОГРАФИЯ КЛАССА (30–40 мин.)

Это упражнение поможет обнаружить явных и скрытых лидеров в группе, позволит участникам проявить и отрефлексировать свою роль в коллективе.

Инструкция:

Ребятам предлагается представить, что их знаменитый коллектив собирается запечатлеть фотограф. Пусть все станут так, чтобы фотограф смог сделать групповую фотографию. Важно дать возможность участникам стать так, как им хочется. Ведущий при этом наблюдает за тем, как ребята взаимодействуют и договариваются, но ни в коем случае не вмешивается, не меняет их местами, не руководит процессом. Можно сделать снимок фотоаппаратом или снять группу на камеру и позволить процессу завершиться.

Рефлексия:

Ведущий спрашивает у участников, нравятся ли им те места, на которых они оказались, кто соглашался с назначаемым для него местом, а кто выбирал его сам. Пусть все выскажутся, что им было удобнее: соглашаться с тем, что ими руководят, или руководить самим. Кто был явным «главнокомандующим» этого процесса? Берет ли этот человек на себя функции главного в обычной жизни? Доверяют ли ему и можно ли за ним идти? С помощью следующего упражнения можно проверить лидера на «прочность» и потренировать его лидерские качества.

Рисунок под руководством (30–40 мин.)

Задача этого упражнения – научиться давать ясные, понятные для всех инструкции.

Материалы: рисунок для ведущего, листы бумаги формата А4, простые и цветные карандаши.

Инструкция:

Ведущим становится один из участников группы (по его желанию), который получает простой схематичный рисунок. При этом он держит рисунок так, чтобы другие его не видели, и не произносит названия того, что на нем изображено. Суть задания заключается в том, что участники группы, следуя пошаговым инструкциям ведущего, должны нарисовать на своих листах изображения, как можно более похожие на рисунок ведущего. Например, если это рисунок домика с двумя окнами и дверью, ведущий может давать такие инструкции: «Нарисуйте большой квадрат, в верхней его половине два небольших квадрата, внизу посередине – прямоугольник, вытянутый вверх, над большим квадратом расположите равнобедренный треугольник, основание которого равно стороне квадрата» и т.д.

Рефлексия:

Анализируем, насколько рисунки у группы получились похожими на рисунок ведущего, по которому он давал инструкции. С чем это связано? Легко ли было ведущему выполнять это задание? Понятны ли были группе инструкции ведущего? Как должен говорить ведущий, чтобы группа поняла его? Чему научился сам ведущий?

Важный совет, который можно озвучить: перед тем как покритиковать кого-то, стоит попробовать это сделать самому.

RASI – простое орудие (30 мин.)

Материалы: фломастеры, ватман, опорные таблицы на флипчате, чтобы было удобно проверять правильность выполнения задания, или заранее подготовленная таблица (Приложение 9).

Инструкция:

Итак, мы рассмотрели, «что мы делаем», «как мы делаем». Сейчас посмотрим, «кто что делает». Четкое определение цели и ясное понимание роли – залог успешного выполнения дела.

Умелое распределение заданий в команде очень важно, потому что:

- ясное понимание каждым выполняемой роли является условием успешной работы всей команды;
- это исключает путаницу;
- это обеспечивает нас собственной частью работы для общего дела;
- это помогает нам понять, что делают другие;
- это помогает нам установить связи с другими;
- это помогает в достижении общих целей проекта;
- это позволяет команде **сфокусироваться на потребностях клиента** (тех, кому предназначен конечный продукт).

Давайте рассмотрим одну из ваших целей по принципу RASI – технологии, которая помогает распределить роли в коллективе, когда нужно выполнить задание. Само слово «RASI» расшифровывается так:

- **R** – Responsible – несет ответственность. Это один или несколько человек, которые выполняют работу.
- **A** – Accountable – отвечает. Им может быть только один человек, он наделен правом говорить «да» или «нет».
- **S** – Support – оказывает поддержку. Ключевая фигура, необходимая для оказания помощи при выполнении задания.
- **I** – Inform – информирует. Это один или несколько человек, с которыми можно связываться, запрашивая отчет о проделанной работе.

Команда вашего «школьного сада» должна выполнить задание, например что-то посеять, вырастить и реализовать (задание можно взять насущное, реальное). Вам надо расписать, кто какие роли будет при этом выполнять, кто за что будет нести ответственность. Тренируемся.

ЗАВЕРШЕНИЕ. ЧЕЙ КВАДРАТ РОВНЕЕ (5 мин.)

Инструкция:

Группе необходимо разбиться на две команды (на первый-второй) и с помощью веревки, выданной каждой команде, за одну минуту создать в пространстве квадрат.

Рефлексия:

Чей квадрат оказался ровнее? От меры способности и готовности кооперироваться каждого зависит результат группы. А результат – это зеркало энергетического состояния группы: он покажет, сколько в коллективе жизненной силы и наполненности.

ЗАНЯТИЕ 6

Конфликты. Переговоры. Партнерство

Задачи:

- тренировать навыки и способности слушать, вести беседу, выражать благодарность и несогласие, запрашивать помощь, убеждать и избегать влияний;
- тренировать умение выражать гнев, избегать втягивания в эмоции других;
- выносить критические замечания и принимать их последствия;
- формировать умение договариваться, находить выход из нестандартных ситуаций, активное воображение, способность выдвигать идеи;
- тренировать способность преодолевать страхи, тревоги, сомнения.

Рассматриваемые аспекты и вопросы:

- эффективность коммуникации; невербальная коммуникация; групповое взаимодействие;
- стратегии поведения и убеждения;
- правила, помогающие жить в сообществе;
- способы разрешения конфликтов.

Ожидаемые результаты:

сформированы базовые умения эффективной коммуникации.

Рождение идеи (10–15 мин.)

Инструкция:

Группа разбивается на тройки. Каждый участник тройки говорит по одному слову, обозначающему предмет или действие. Затем один из троих в группе выдвигает идею, что можно было бы сделать с этими тремя предметами или действиями, какой бизнес можно на этом построить. Следующие три слова предназначаются следующему участнику. По очереди свои идеи должен предложить каждый из участников тройки.

Рефлексия:

Обсуждаем в общей группе, чья идея была интереснее. Понравилось ли упражнение участникам? Про что оно оказалось для них? Готовы ли они к рождению, а главное принятию идей других людей?

Эта работа показывает, насколько участники восприимчивы к идеям других, готовы ли они поддержать идею и «выжать сок из лимона».

Три вещи, которые понадобятся (10–15 мин.)

Материалы: мяч.

Инструкция:

Это задание развивает умение находить выход из нестандартных ситуаций. Все становятся в круг. Ведущий бросает одному из участников мяч со словами: «Я тебя посылаю на необитаемый остров. Какие три вещи тебе там понадобятся?» Тот быстро дает ответ и бросает мяч следующему участнику, задавая при этом аналогичный вопрос и называя, куда он зашлет своего товарища по игре. Варианты: на небо за звездочкой, в желтый туман, в Зазеркалье, в заброшенный замок, за тридевять земель, «туда, не знаю куда», в Волшебную страну болтунов, в холодильник и т.д.

Правила, помогающие жить в сообществе:

1. Не согласен – обоснуй!
2. Помни, пока ты тратишь свое время на умничанье на чужой территории, твоя зарастает бурьяном.
3. Старайся изо всех сил переплавить свою беспомощную зависть в стремление к собственному развитию.
4. Молчание – золото.
5. Зависть – это твоя скорбь о благополучии ближнего.
6. Сравнивая себя с кем-нибудь, кто кажется тебе в чем-то выше тебя, ты должен помнить: просто этот человек выражает себя чуть эффективнее, чем ты. У других всегда можно многому научиться.
7. Стань маньяком записей.

Минное поле (30 мин.)

Материалы: распечатанная схема игры (Приложение 10), малярный скотч шириной 1,5 см.

Инструкция:

У ведущего распечатанная схема «минного поля». На полу с помощью малярного скотча выклеена эта же схема, но без обозначения «заминированных» клеток. Все игроки по очереди должны пройти через «минное поле», не наступив на «мину» (каждому дается по три попытки, а если группа большая, то по одной). Когда игрок ступает на «мину» (согласно схеме ведущего), ведущий сообщает ему об этом, и игрок возвращается на исходное место. Тот игрок, которому удалось перейти поле, ждет остальных участников по другую сторону поля. Ходить можно по клеткам влево, вправо, по диагонали, но перешагивать через клетки нельзя.

Постепенно игроки запоминают «безопасные» клетки и проходят по ним, а до этого они учатся на собственном опыте и опыте других.

Рефлексия:

Ведущий спрашивает, что чувствовали участники, когда наблюдали за тем, как задание выполняли другие? Что они чувствовали, когда сами выполняли задание? В каком из этих двух случаев их переживания особенно усиливались?

Прожитые в игре чувства не стоит забывать, когда мы поручаем в реальной жизни кому-то что-то делать впервые. **Знать и контролировать не труднее, чем делать самому!**

Козлятушки-ребятушки (60 мин.)

Инструкция:

Сейчас мы выберем среди вас четырех козлят и пятерых гостей. Среди гостей будут три волка, но мы с вами не будем знать, кто из них кто (друг другу они тоже не должны это сообщать).

Мама козлят ушла по делам и оставила их одних в доме, наказывая никому не открывать дверь и никого не впускать. Но дети есть дети... Поэтому в нашей игре они впускают в дом кого-то из гостей (хотя бы двух – это обязательное условие игры).

Гости по очереди приходят и просят козлят впустить их в дом, принимая разные роли и приводя доводы, почему их можно и нужно впустить. Козлята выслушивают каждого, а затем решают, впускать гостя или не впускать, все время помня о том, что их задача – выжить, пока мамы нет дома.

Рекомендация для ведущего:

Роли гостей и волков можно распределить путем тайной жеребьевки. Ни те, ни другие не должны выдавать себя друг другу.

Рефлексия:

Обсудите, какие стратегии поведения и убеждения отпугивают, а какие привлекают (например, угрозы и чрезмерная эмоциональность настораживают и отталкивают; обращение к конкретным лицам эффективнее, чем ко всей группе, и т.д.). Поговорите о том, что во внешнем виде и в поведении говорящих заставляет слушателей верить им, порассуждайте о стереотипах восприятия внешности.

Музыкальный диалог (30 мин.)

Оборудование: музыкальные инструменты.

Инструкция:

В центре круга – два стула спинками друг к другу. Ведущий просит вызваться выполнять это упражнение того, кто уже давно хотел сказать что-то своему товарищу, но до сих пор по каким-то причинам так на это и не решился (например, хотел ему в чем-то признаться, доверить тайну, попросить о чем-то, высказать ему что-то и т.д.). Он должен выбрать музыкальный инструмент, с помощью которого все «скажет», и пригласить того, кому будет говорить. Приглашенный для диалога тоже берет музыкальный инструмент. Вся группа наблюдает за «разговаривающими» и пытается понять, о чем они говорят.

Рефлексия:

Удался ли диалог? О чем был разговор, по мнению группы? Догадался ли приглашенный для диалога участник о том, что ему хотел сказать его собеседник? Трудно ли было таким образом общаться? Что для каждого труднее в общении: понять эмоции или суть разговора?

Симфония конфликта (30 мин.)

Материалы: музыкальные шумовые инструменты.

Инструкция:

В этом упражнении ребятам предоставляется возможность понять и преодолеть эмоциональные предпосылки вступления в конфликт и выхода из него.

- *В ситуации спора, ссоры или конфликта мы повышаем голос, кричим, а иногда применяем и физическую силу. Сейчас мы разобьемся на пары. Каждый возьмет в руки один музыкальный инструмент. В парах вы будете ссориться и спорить, только необычным способом – с помощью музыкальных инструментов, то есть озвучивать спор. Слушайте внимательно. Постарайтесь понять, о чем говорит инструмент партнера, и только после этого вступайте в спор. Используйте все возможности музыкального инструмента – от тихого сопротивления до яростного возмущения. Попробуйте изобразить, когда почувствуете необходимость, как звучит физическая агрессия, например драка.*
- *А теперь разобьемся на две группы. Это уже конфликт двух групп (стенка на стенку). Спорим и ссоримся – только с помощью музыкальных инструментов. Начинаем по команде ведущего. А как звучит групповая драка?*
- *Снова делимся на пары, и теперь ваша задача – начать спор, а затем постараться выйти из него, остановить конфликт или драку. Используем только музыкальные инструменты.*

Рефлексия:

Как звучит симфония конфликта? Что в споре или ссоре усиливает агрессию, как это проявлялось с помощью инструментов? Как звучит групповой конфликт? Как мы понимаем, что конфликт угасает или нарастает? Какие звуки помогли выйти из конфликта?

Рекомендации для ведущего:

Конфликт: препятствие или возможность? Зрелая личность НЕ избегает неприятных ситуаций. Она всесторонне исследует конфликт. Остается осознанной. Разрешает конфликт путем открытого взаимодействия. Освобождается от него (достигает состояния эмоционального баланса и ментального спокойствия).

Любой конфликт можно попробовать увидеть через образ: боксерский клинч, бой без правил, шахматная партия, перетягивание каната, погоня, спор детей в песочнице, железный занавес, кто кого перехитрит или что-то другое.

Представление конфликта через метафору помогает глубже понять ситуацию, обнаружить стратегию конфликтующего или бессознательно выбранную им роль, подсказывает выход в контексте выбранной метафоры.

Тух-тиби-дух! (5–8 мин.)

Это упражнение предлагает еще один способ выхода из конфликта, преодоления эмоций злости и раздражения.

Инструкция:

Сегодня вы узнаете волшебное заклинание против обид, разочарований и всего, что портит настроение. Чтобы проверить, как оно действует, вам необходимо сделать следующее.

Начните передвигаться, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь возле кого-то из участников группы и трижды сердито-сердито скажите ему волшебное заклинание: «Тух-тиби-дух!» В это время участник, которому вы это говорите, стоит молча и слушает вас. Отвечать он ничего не должен. Он может ответить вам только тем же – трижды сердито произнести: «Тух-тиби-дух!» После этого продолжайте прогуливаться, время от времени останавливаясь перед кем-нибудь еще и снова сердито-сердито произносите это заклинание. Чтобы оно подействовало, важно произносить его не в пустоту, а именно человеку, стоящему перед вами.

Рефлексия:

Понравилась ли вам эта игра? Какой эффект вы обнаружили? Чувствуете ли вы себя иначе – не так, как в начале игры?

В этой игре заложен комический парадокс: хотя это выражение вы должны произносить сердито, в какой-то момент оказывается, что вам трудно сдерживать смех. Помните, что так и в жизни: когда кто-то сердится, его злость и раздражение могут оказаться очень смешными для другого.

ДЕРЕВО: ОТ ЧАСТИ К ЦЕЛОМУ (30–40 мин.)

Это упражнение способствует развитию навыков невербальной коммуникации, переживанию группового взаимодействия, осознанию своей роли в группе, дает возможность провести диагностику слаженности и эффективности команды.

Материалы и оборудование: листы формата А4, цветные карандаши или краски, кисти, скотч; техника для воспроизведения музыки.

Инструкция:

Задача группы – нарисовать дерево. При этом готовый рисунок должен представлять собой дерево, составленное из частей. Каждый участник на своем листе бумаги должен нарисовать какую-либо часть дерева. Главное условие – не разговаривать друг с другом, не договариваться, кто какую часть дерева будет рисовать. Следует постоянно иметь в виду, что целью является целостный общий рисунок дерева.

Ведущий наблюдает за тем, кто какую часть выбрал для рисования. Если несколько ребят рисуют одну и ту же часть, он обращает внимание на то, чья идея побеждает в результате, когда части будут соединяться в один рисунок. Какие усилия прилагает каждый для того, чтобы защитить свое видение (ствола, кроны, корней и т.д.)? Какие элементы привносит каждый в общую картину?

Рефлексия:

- Каков твой вклад в целое, в чем он выражается?
- Ты воспринимаешь свой рисунок как часть целого?
- Переместись в свой рисунок, представь, что ты – это он: как ты чувствуешь себя в этом месте (например, с краю или посередине)? Каковы твои отношения с соседями? Занимаешь ли ты в своей группе аналогичное место (например, с краю или в середине)? Доволен ли ты своим «местом»?
- Теперь выбери для себя другую часть дерева – ту, которая тебя особенно привлекает, и помести себя туда. Как ты чувствуешь себя на этом месте, что теперь ты привносишь в целое?

- У тебя появились какие-то новые чувства, возможности? Что ты можешь делать и чувствовать, чего не мог до этого?

Коэффициент Лосада

Одним из главных факторов успеха любой команды является соотношение позитивных и негативных моментов во взаимодействии ее членов. Число, которое показывает это соотношение и характеризует качество коммуникации в команде, назвали коэффициентом Лосада (по имени психолога Марсиаля Лосада). Минимальный показатель, при котором команда считается достаточно эффективной, равен 2,9: то есть на одно негативное проявление коммуникации (упрек, оскорбление, выражение недовольства и т.д.) должно приходиться в среднем около трех позитивных (например, похвала, поддержка, одобрение). Если этот показатель меньше трех, то в команде формируется негативная, «кислотная» среда. Группы, в которых этот коэффициент составляет от 6 до 8, считаются максимально эффективными. Если он намного больше, то эффективность уже снижается – не доносится информация о минусах.

Доброе слово

Среди добрых слов есть настоящие бриллианты. Это те слова, которые сказаны искренне, с любовью и вовремя. Как дать качественную обратную связь другому в своем коллективе:

- когда вы благодарите человека за что-то, говорите о конкретных фактах;
- объясните, почему для вас имеет особую ценность то, о чем вам говорит этот факт;
- позвольте человеку почувствовать вашу благодарность и признательность – расскажите о своих чувствах.

Тот, кто умеет говорить добрые слова, – очень ценный человек. За несколько секунд такой человек может создать большую – невидимую, но ощущаемую многими – ценность.

ЗАВЕРШЕНИЕ. КОМПЛИМЕНТ ТОВАРИЩУ (60 мин.)

Инструкция:

Пространство аудитории организовывается, как в театре. Ставятся стулья для зрителей и для того, кто будет сидеть перед ними.

Каждый по очереди выходит и присаживается на стул перед «зрителями». Остальные по желанию могут сказать ему что-то хорошее – за что они его любят и уважают. Критиковать и насмехаться запрещено!

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Наиболее распространенные ошибки в обращении с деньгами

(Из исследования различного отношения людей к деньгам, по книге Р. Тегмейера «Дух в монете».)

- Деньги достаются только тяжелым трудом;
- работать только ради денег;
- считать, что приобретение богатства возможно только за счет других людей;
- не кокетничать с бедностью; не делать вид, что вы беднее, чем есть на самом деле; стоит спокойно говорить о деньгах и своем достатке;
- полагать, что финансовая зависимость – это рок судьбы и не подлежит изменению;
- не знать основных законов денег; недостаточно осознанно относиться к деньгам;
- воспринимать деньги как статичную неживую материю (деньги – это энергия);
- превращать собственные страхи в денежные заботы;
- допускать, чтобы денежные дела портили вам настроение;
- превращать чувство вины в долги;
- считать ценность денег объективной;
- видеть возможность решения своих личных, душевных и материальных проблем только в зависимости от наличия денег;
- связывать денежный успех с занимаемым положением;
- верить, что деньги портят человека;
- считать деньги «грязными»;
- ничего себе не позволять;
- быть скупым и мелочным в денежных делах;
- не позволять радоваться приобретениям (когда вы радуетесь, то еще больше получаете за ваши деньги);
- бояться богатства;
- завидовать преуспевающим в финансовых делах;
- считать деньги самым важным в жизни.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Денежные активы и пассивы

Объект	Стоимость

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Законы мира денег

Закон получения денег: все человеческое богатство создается человеческим умом, только вы творец своей жизни.

Деньги – это символ, воплощенный в бумагу и металл. Без творческой энергии и действия человека деньги не работают. Только мы сами создаем условия, при которых к нам охотно приходят деньги.

Следствия из закона:

- люди становятся богатыми, потому что решают стать богатыми;
- люди бедны, потому что еще не решили стать богатыми.

Закон расходования денег – Закон траты (обмена, отдачи): деньги должны течь, чтобы размножаться.

Правильное расходование денег – это секрет умноженного возвращения денег.

Деньги нужно пускать в кругооборот. Помните, когда вы тратите деньги, вы обогащаете других людей. А они в свою очередь обогащают вас. Не скупитесь, но и не разбрасывайтесь деньгами. Планируйте свои расходы, ведите домашний бюджет.

Ценность денег определяется покупателем и продавцом при каждой торговой операции. Знание этого закона освобождает вас от чувства вины по поводу денег, от страха обмануть других и страха быть обманутым. Вы можете стремиться отдать больше из-за чувства вины или не отдать из-за боязни нищеты. Мы имеем в жизни только то, что нам удалось отдать.

Закон накопления денег – Закон сбережения: приумножение богатства посредством создания изобилия.

Откладывая денежный остаток или избыток, мы увеличиваем наше духовное и материальное богатство. Кроме того, мы создаем предпосылки для инвестирования.

Аккумулируйте часть вашего дохода в виде сбережений. Если вы развиваете привычку сберегать 10% вашего дохода, вы обеспечиваете себе свое будущее финансовое благополучие.

Закон инвестирования денег: избыток работает и приумножается сам по себе.

При активном вложении денег они работают на нас, вместо того чтобы мы работали за деньги. Позвольте себе быть инвестором, делайте ставку на новые источники дохода.

Если вы движетесь из сознания благоденствия, то работа идет из энтузиазма (не из нужды) и вы богатеете.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Принципы инвестирования

Любое инвестирование – вопрос психологии

Инвестируйте только в те дела, в которые вы лично верите, руководствуясь своей интуицией. Перед тем, как во что-то вложить деньги, задайте себе вопрос, действительно ли вы верите в этот объект. Не руководствуйтесь чужими советами, так как часто советчики преследуют свои собственные интересы.

Самое ценное капиталовложение – вы сами

Инвестирование в собственное образование и расширение знаний – лучшее из возможных капиталовложений. Ваша жизнь становится богаче, разнообразнее и сохраняет ум живым, свежим, активным.

Инвестировать в собственную свободу

Творческое безделье – лучший источник благосостояния. Необходимо регулярно устраивать паузы творческого ничегонеделания. Это расслабляет, укрепляет здоровье. Кроме того, творческие люди говорят о том, что лучшие идеи и вдохновение посещают их чаще всего в моменты ничегонеделания. Изобретатели и ученые подтверждают это.

Инвестировать в «чаевые»

Помните, что вы даете «чаевые» не в знак благодарности за хорошее обслуживание. Вы делаете это для себя, чтобы зафиксировать перед собой свою щедрость. Давайте столько денег, сколько вам хотелось бы получить самим и сколько вы считаете соизмеримым и соответствующим ситуации.

Инвестировать в других людей

Думайте при капиталовложении не только о прибыли, но и об удовольствии, которое оно может вам принести. Инвестирование в людей может иметь формы кредитования, меценатства, гостеприимства, благотворительности.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Этапы достижения цели

Цель (то, чего вы хотите достичь, что получить)	Как вы узнаете, что достигли этого? Опишите «процедуру» и «вещественные доказательства». Сколько и чего вы получите? Как это будет выглядеть? Что вы будете при этом слышать? Что будете чувствовать?	Что нужно сделать, чтобы получить желаемое? Какие есть максимально легкие способы достижения цели?	Каким (какой) вам нужно быть для достижения желаемого?	Как вы поздравите себя, когда достигнете цели?

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

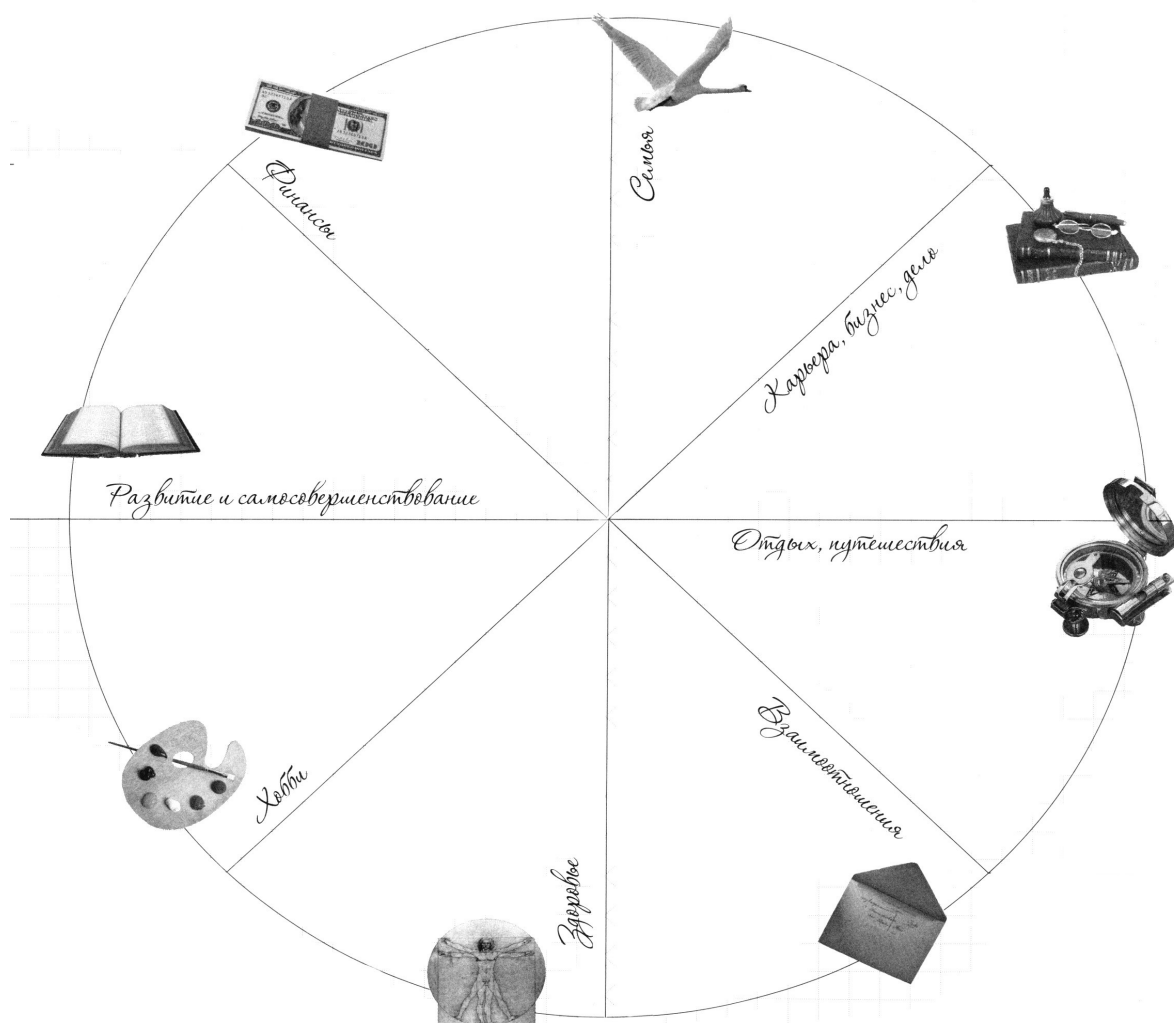
Название таблицы: _____

Дата: _____

Время	Что делал (а)
7.00–8.00	
8.00–9.00	
9.00–10.00	
10.00–11.00	
11.00–12.00	
12.00–13.00	
13.00–14.00	
14.00–15.00	
15.00–16.00	
16.00–17.00	
17.00–18.00	
18.00–19.00	
19.00–20.00	
20.00–21.00	
21.00–22.00	
22.00–23.00	
23.00–24.00	

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Колесо времени



ПРИЛОЖЕНИЕ 8

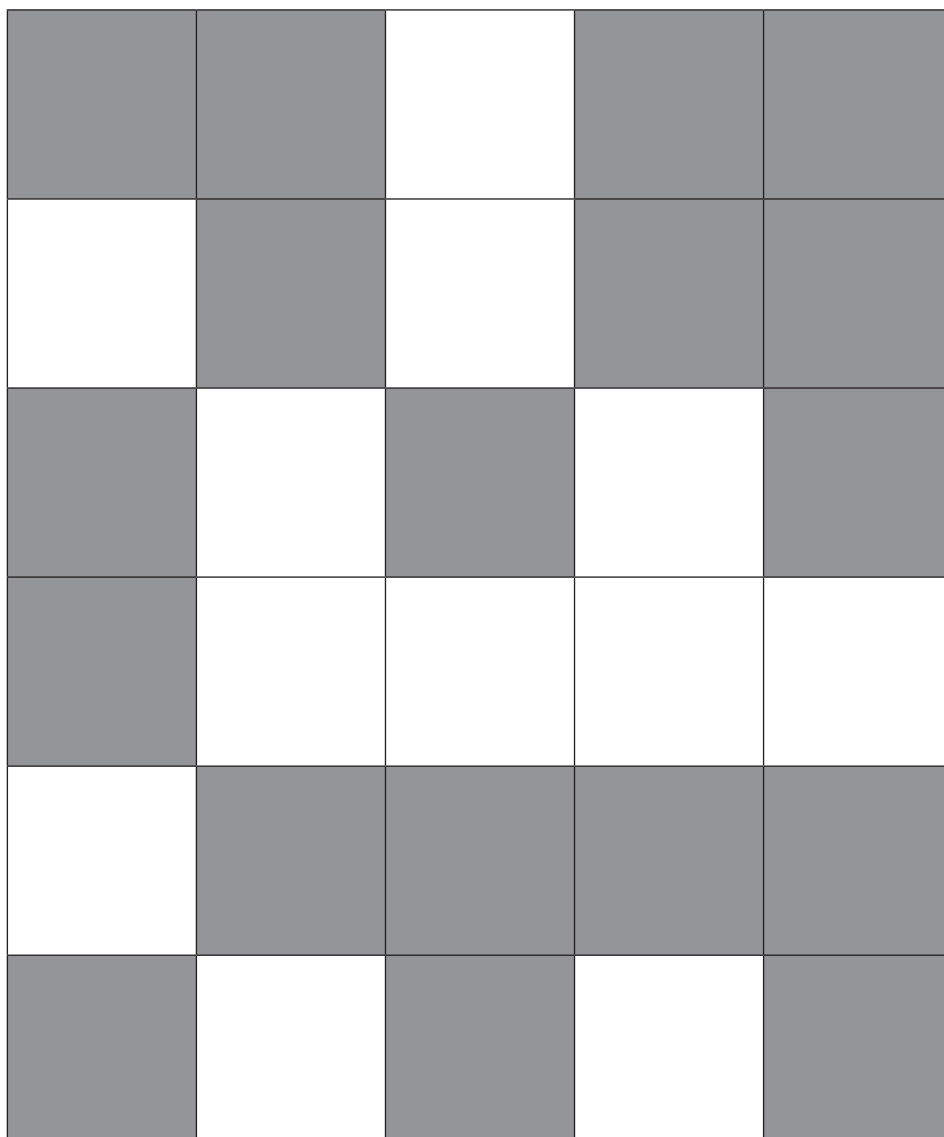
Стили руководства

Роль руководителя			Роль сотрудников
Директивная (указывающая)	Консультативная	Участвующая	Делегирующая
Кто принимает решение?			
Руководитель принимает решение, затем информирует сотрудников.	Руководство принимает решение после консультации с сотрудниками.	Сотрудники вносят предложения и действуют, получив одобрение.	Сотрудники вносят предложения и действуют, так как получили одобрение от руководителя и уверены в его компетентности.
В каких ситуациях роль продуктивна?			
Деликатный вопрос. У команды недостаточно умений, чтобы принимать решения. Кризисная ситуация.	У руководства есть информация, но оно не может ею поделиться. Руководство хочет получать идеи и видеть конкретный вклад.	Требуется идеи и участие служащих; существует риск, если служащие «действуют сами (одни)».	У служащих есть навыки и опыт, и они могут взять на себя всю ответственность.
Эффект?			
Руководство несет ответственность и контролирует.	Руководитель извлекает пользу из идей сотрудников.	Сотрудники берут на себя инициативу и выполняют задания.	Сотрудники берут на себя ответственность.
Взаимоотношения			
Сотрудники зависят от руководства.	Сотрудники чувствуют, что они принимают более активное участие.	Сотрудники и руководитель полагаются друг на друга.	Сотрудники уполномочены и независимы.
Самое эффективное распределение ролей			
5%	10%	25%	60%

ПРИЛОЖЕНИЕ 9
Распределение ролей и задач в команде
по принципу RASI

Задания \ Люди	Петр	Людмила	Павел	Татьяна
Определите, что вы собираетесь посеять, вырастить и реализовать.	поддерживающий	отчитывающийся / поддерживающий	ответственный	ответственный
Проработайте вопрос обеспечения материалами (семенами, удобрениями, инвентарем и т.д.), определите место для возделывания выбранной культуры; проработайте вопрос рынка сбыта.	отчитывающийся / ответственный	информирующий	поддерживающий	информирующий
Подготовьте материалы, место для возделывания культуры; определите конкретные варианты и условия сбыта урожая.	ответственный / поддерживающий	информирующий	отчитывающийся / поддерживающий	информирующий
Организуите посев, выращивание, уборку урожая, сбыт продукции.	поддерживающий	отчитывающийся / ответственный	информирующий	поддерживающий / информирующий
Выполните это задание: посейте, вырастите, соберите урожай, реализуйте его.	поддерживающий	поддерживающий / информирующий	отчитывающийся / ответственный	поддерживающий

ПРИЛОЖЕНИЕ 10
Схема для игры «Минное поле»



ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК



EU4Youth



ПЭСАЧЫННАЯ АРГАЊЗАЦЫЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ЗЕЛЁНЫЙ КРЕСТ»



National Environmental Center



GREEN CROSS UKRAINE



Fondazione
Giovanni Paolo II



Школьный сад



Финансируется в рамках программы
Европейского союза EU4Youth