

Образовательная программа “ВДОХ-і-ВЫДОХ”, или Как мы учились “дышать”

Марина Бойко, Алена Луговцова



Марина Бойко — член Правления ОО “Образовательный центр «ПОСТ»”, тренер.
Сфера деятельности и интересов: образовательные и психологические программы для взрослых и молодежи, медиация, индивидуальная и семейная психотерапия, организационно-управленческое консультирование.

e-mail: boikoms@tut.by

Алена Луговцова — член Правления ОО “Образовательный центр «ПОСТ»”, тренер, член редколлегии журнала “Адукатар”.
Сфера деятельности и интересов: образование взрослых; психология творчества и одаренности, арт-терапия, психология культурных различий, медиация.

e-mail: alena_minsk2000@mail.ru



Трагедия жизни заключается не в том, что она быстро заканчивается, а в том, что мы слишком долго ждем, чтобы ее начать...

Сначала был вдох. С него началась жизнь. Люди, животные, растения, планета — все, что нас окружает, дышит. Жизнь — это дыхание. Оно может быть ровным, спокойным, приносящим уверенность. Оно может быть прерывистым от удивления или взволнованным при вдохновении. Мы задерживаем дыхание, если что-то восхищает или поражает нас. Мы дышим полной грудью, когда происходит то, что делает нас счастливыми. Когда после долгого пути, преодоления тысячи непроходимых препятствий, страхов и сомнений, взлетов и падений, потерь, нахонок, крушения планов и неуверенности в себе мы, наконец, чувствуем себя победителями, то выдыхаем с облегчением. И нам снова хочется дышать.

На образовательную программу “Вдох-і-выдох” приглашались те, кто не хочет ждать завтра, а хочет начать жизнь прямо сейчас, им предлагалось сделать первый вдох вместе с командой целеустремленных молодых людей и принять участие в серии образовательных семинаров, направленных на креативные изменения Мира внутри Себя и Мира вокруг Себя.

Основной целью программы выступило развитие личностной, профессиональной и социальной самоэффективности молодежи, а также овладение молодыми людьми знаниями и умениями, необходимыми для создания собственных социальных и/или образовательных структур, позволяющих им профессионально самореализоваться, и направленных на решение акту-

альных вопросов общественной жизни. Принципиальным отличием данного проекта от ранее проводившихся явилось то, что мотивация к проявлению социальной активности вырабатывалась у участников в ходе образовательных мероприятий, а не выступала необходимым условием участия в программе. Это означает, что реализация собственных мини-проектов не заявлялась в качестве обязательного условия участия в программе. Содержание семинаров продумывалось таким образом, чтобы желание сделать что-то полезное для других у участников возникало и проявлялось самостоятельно, без внешнего стимулирования. В группу тех, кто был готов вдохнуть немедленно, вошли молодые люди в возрасте от 21 до 25 лет.

“Вдохом” в программе стали 4 двухдневных семинара, проводившихся с периодичностью раз в месяц, и летний пятидневный лагерь, как площадка для подведения итогов длинного вдоха и возможность набрать в грудь еще немного свежего воздуха. Описать все разнообразие методов и техник, которые были использованы в проекте, в одной статье не представляется возможным. Мы использовали трансовые техники, ролевые и симуляционные игры, техники стимулирования творческого мышления, методы арт-терапии, имиджеологии, развития лидерских и коммуникативных способностей, элементы театрального тренинга и многое другое. В данной статье остановимся лишь на некоторых из них.

ВДОХ-і-ВЫДОХ

Досвед

27

АДУКАТАР • №1(17), 2010



Первый семинар “Точка отсчета”

*“Не позволяй жизни остановить
тебя — все, что чего-то достиг,
начинали с того, что имели”*

Р. Эванс

“Точка отсчета” — это семинар начала пути, осознания своих целей и анализ внутренних ресурсов. Откуда я начинаю свой путь? Куда я иду? Что у меня есть и чего мне не хватает?

Семинар был направлен на знакомство участников друг с другом и с форматом проекта, а также на определение их актуального состояния: осознание своих целей, анализ собственных личностных и профессиональных ресурсов и ограничений, исследование персональных стратегий реагирования на ситуацию кризиса, выявление упущенных возможностей и способов их компенсации, и т.п. В рамках семинара использовались симуляционные (“Подводная лодка”) и ролевые игры (“В гостях у сказки”), трансовые техники (“Три тотема”) и проективные (“Карта внутренней страны”), работа с текстом “Кто забрал мой сыр?”, требующие глубокого самоанализа и оперативного реагирования на быстро изменяющиеся условия существования.

Семинар начинался с достаточно жесткой **экзистенциальной симуляционной игры “Желтая подводная лодка”**. Суть игры очень проста — все участники, пришедшие на семинар, садятся в замкнутый круг, который ограничивает игровую территорию подводной лодки, на которой им выпало оказаться вместе. Им дается следующая инструкция: “Вы все неудачники, и вы все умрете. Единственная существующая реальность — это то, что мы все умрем. У вас есть 30 минут, чтобы жить”, после чего тренерская команда “уходит в тень”. Игра проходит в реальном времени и за 10 минут до истечения названного времени тренеры напоминают об этом игрокам.

Игра имеет несколько стадий, которые проходят все участники, причем без какого-либо давления извне. Первая стадия — смех, отрицание и попытка превратить ситуацию в шутку. Участники активно пытаются приободрить друг друга, высказывают мнения о том, что “все это ерунда”, что это всего лишь игра, и по закону игры в последний момент случится что-то позитивное и их обязательно спасут. Это продолжается примерно минут 10. После чего находится один человек, который высказывает мысль о том, что, возможно, никто никого не будет спасать, и всем действительно придется умирать. Группа начинает входить во вторую стадию — депрессивное состояние осознания того, что счастливого конца у этой сказки может не случиться. Через несколько минут участники начинают произвольно делиться на группы в зависимости от того, кто как выбирает провести последние 10–15 минут. Кто-то продолжает смеяться. Кто-то пишет записки близким и родным, а кто-то предпочитает остаться в одиночестве и немного всплакнуть. Но главный результат первой половины игры состоит в том, что участники вспоминают свою жизнь, свои планы, жела-

ния, часть из которых реализовалась, а часть так и осталась лишь желаниями. Когда срок подходит к концу, тренеры объявляют, что нашелся дополнительный баллон с кислородом, и у участников есть еще полчаса жизни. Все радостно выдыхают, и начинается третья стадия — планирования. У игроков появляется надежда на спасение — раз получилось сейчас, значит, высока вероятность того, что и в следующий раз их спасут. Группа снова становится единым целым и начинает фантазировать о том, чем они займутся после спасения. Многие также вспоминают самые лучшие моменты их жизни и обещают повторить их снова. Но большинство обещает себе реализовать те планы, которые они поленились реализовать до того, как попали на лодку. Однако на этот раз кислород действительно заканчивается. Причем на 5 минут раньше объявленного времени... как часто случается в жизни.

Обсуждение игры — дело непростое, поскольку за этот час участники проходят сложный эмоциональный путь и, в связи с отсутствием счастливого конца, могут достаточно агрессивно обвинять тренеров в жестокости. Однако в нашем случае группа отнеслась к происходящему достаточно философски. Кроме того, мы попросили записать их в своих портфолио те обещания, которые они дали себе-персонажу игры, и попросили в конце проекта обратиться к записям и самому себе для проерки, выполнили ли они обещанное. Кроме того, в этой игре хорошо прослеживаются 7 позиций, которые, по мнению Джона Фаулза, может занимать человек в течение жизни (они описаны в его книге “Кораблекрушение и плот”):

- 1 Пессимист** считает, что все радости жизни лишь соблазны, продлевающие страдания.
- 2 Эгоцентрист** считает, что нужно ловить момент и самое удобное место.
- 3 Оптимист** неустанно разглядывает на горизонте землю обетованную.
- 4 Наблюдатель** ведет журнал наблюдения за происходящими событиями.
- 5 Альтруист** по одному ему известным причинам нуждается в самоотречении.
- 6 Стоик** верит только в свой отказ прыгнуть за борт и покончить с собой.
- 7 Ребенок** родился с абсолютным невежеством, как с абсолютным слухом. Верит, что в конце все объяснят.

Конечно, для эффективной самореализации человеку необходимо не только понимать, что в жизни он может не успеть реализовать очень важные для него планы, если и дальше будет придерживаться выбранной позиции, но также ясно и четко представлять свою цель и ресурсы, которыми он обладает для ее достижения. Образ цели — как айсберг: вершину его мы осознаем, но большая часть остается скрытой. Но именно скрытая часть айсберга сильнее всего влияет на наши мотивы, желания, формирует наши индивидуальные особенности и детерминирует наши поступки. Выполнение **проективной методики “Карта внутренней страны”** (1) позволило участникам исследовать свои неосознаваемые цели, определить предпочитаемые пути их достижения, а также индивидуальную динамику процесса формирования образа цели.

Затем участникам было предложено самостоятельно поработать с **текстом Д. Спенсера и К. Бланшара “Кто забрал мой сыр?”** (2). Читать текст предлагалось с двумя фильтрами, отмечая восклицательными знаками те части текста, которые произвели впечатление и оказались важными, и вопросительными знаками отрывки, вызвавшие несогласие или желание поговорить. Кто забрал мой сыр? — история событий в некоем Лабиринте в поисках кусочка сыра четырьмя действующими лицами (мышами Ньюмом, Бегуном, Гомом и Моном). Этот кусочек сыра символизирует все, к чему человек стремится всю жизнь: хорошая работа, деньги, свой дом, свобода, здоровье, признание, душевный покой и даже развлечения. У каждого человека свои представления о том, какие ценности обозначаются своим куском сыра, почему и старается найти его, веря в то, что будет счастливым. Когда добивается его, очень скоро привыкает, привыкается к нему, а при потере паникует, теряется, воспринимает это как удар судьбы. Это история об изменчивости жизни, о том, что нет ничего более постоянного, чем постоянные изменения, о том, что даже в условиях постоянных изменений можно быть эффективным и удовлетворенным. Все зависит только от выбираемой нами стратегии реагирования на ситуацию изменений. Четыре героя истории демонстрируют 4 стратегии поведения, которые обычно используют люди в ситуации кризиса. Как отмечает К. Бланшар, один из авторов данного текста, эта маленькая сказка спасла не одну карьеру, не один брак, не одну жизнь. После прочтения, участникам предлагалось обсудить прочитанное, озвучив части текста, отмеченные фильтрами, а также назвать наиболее понравившегося персонажа и персонажа, с которым они могли бы проассоциировать себя в данный момент. Выявление аналогий между предлагаемым сюжетом и жизнью позволил участникам прийти к выводу, что все изменения надо воспринимать в свете понимания сущности истории о куске сыра. Секрет успеха в поисках своего “куска сыра” — в постоянном поиске на протяжении всей жизни.



Трансовая техника “Три тотема”, предполагает, что участники, закрыв глаза, превращаются в зрителей в большом кинозале, куда они пришли смотреть очень интересный фильм. В этом фильме они видят себя путешественниками, которые по воле случая попадают в индейскую деревню, существовавшую очень давно. В этой деревне живет мудрец, который их давно ждал для того, чтобы изготовить 3 тотема: тотем их прошлой жизни, тотем их будущей жизни и тотем, интегрирующий прошлое и будущее. На тотеме прошлой жизни мудрец снизу вверх высекает три символа, которые участникам предварительно предлагается представить, а потом описать мудрецу: символ сожаления, символ радости и символ успеха прошлой жизни. Затем создается тотем будущей жизни, на который мудрец в том же порядке наносит символы опасения, желания и проекта или замысла будущей жизни, которые представили и описали участники. Последний тотем размещается в центре между тотемами про-

шлой и будущей жизни, и на него мудрец тоже наносит 3 рисунка. Однако в данном случае участники могут выбирать, что будет на нем изображено. В нижнюю часть тотема может быть нанесен символ сожаления прошлой жизни или символ опасения будущей жизни, или что-то третье, что приходит в голову участникам, когда они смотрят на этот центральный тотем и т.д. После того как тотемы готовы, в индейской деревне начинается большой праздник, зажигается большой костер и в этом костре сжигаются тотемы прошлой и будущей жизни. После окончания праздника участникам предлагается еще раз прикоснуться к своему центральному тотему и впитать всю его мудрость и силу. На этом фильм заканчивается, участники возвращаются в кинозал, а затем в трениговую аудиторию. Им предлагается нарисовать свой центральный тотем и рассказать о том, что на нем изображено. Этот метод направлен на интеграцию прошлого опыта участников и их представлений о будущем в единую картину мира, позволяющую максимально полно проживать настоящее. Кроме того, он позволяет обнаружить персональные ресурсы, поддерживающие активность, и превратить негативные переживания и страхи в необходимый для дальнейшего движения опыт.

Основным результатом данного образовательного мероприятия стало осознание участниками своего исходного состояния (ресурсов и ограничений), с которого они будут продолжать свой жизненный и профессиональный путь.

Второй семинар “Иррациональная рациональность”

*“Единственный способ проверить границы
возможного — шагнуть в невозможное”.*

А. Кларк

Это семинар творчества и развития интуиции, разработки конкурентоспособных креативных идей. Это семинар о том, как научиться быть “изюмом”, как придумать то, чего не существует, как научиться чувствовать будущее и ловить успех, как почувствовать ветер перемен и научиться им управлять.



Основной целью семинара являлось развитие навыков креативного мышления и нестандартных подходов к формулированию идей и поиску креативных способов решения проблем. Хотелось бы отметить большую заинтересованность и мотивированность участников, так как каждый из них смог воспользоваться возможностью “поработать на себя” и сделать определенный шаг в своем личностном развитии.

Логика семинара предполагала изменение ракурса рассмотрения окружающих явлений: возможность посмотреть на привычные бытовые предметы под новым углом зрения (“Картофельный друг”, “20 способов использования предметов в других целях”), ситуации (работа с видефрагментами жизненных ситуаций, на которые нужно посмотреть с точки зрения людей различных профессий и стилей жизни) и собственное поведение (игра-симуляция “Спасатели”). Мы пробовали на себе разные креативные техники, которые могут применяться в самых разных областях знания для разработки новых идей (“Плацдарм”, “Кьюбинг”, “4D стимул”, “Омега-мэппинг”) и говорили о том, что чудо возможно (работа с текстом “Чудеса”).

Участникам было достаточно сложно найти иную перспективу в рассмотрении предметов и жизненных ситуаций, кроме уже имеющейся. Особую сложность вызвала необходимость посмотреть на ситуацию глазами людей других профессий и стилей жизни. Одним из самых сложных моментов для некоторых участников стало рассуждение о том, что означает для них чудо, поскольку выяснилось, что многие из них принимают это понятие буквально, считают фантастическим и невозможным для реализации в собственной жизни, как и находят сложным иной взгляд на происходящие с ними в жизни явления. К концу первого дня семинара участники утомились и были расстроены тем, что творческий процесс проходит не так, как хотелось бы. Ситуацию изменила игра-симуляция “Спасатели”, которая проводилась с целью создания ситуации принятия решений в неопределенных условиях, и которая окончилась с весьма неожиданным результатом. Сюжет игры предполагал, что игроки находились в длительной экспедиции на одной из неизвестных планетных систем и отсутствовали на Земле десять лет. Экипаж пребывает в состоянии анабиоза, а корабль управляется компьютером. Однако неожиданно компьютер получает сигнал бедствия с одной из планет и будит капитана и радиста. С этого момента начинается двухчасовая интрига, требующая быстрого реагирования и выбора, в котором только последствия одного из вариантов более или менее предсказуемы. О последствиях остальных решений можно было только догадываться, но предсказать невозможно. Также, как невозможно предсказать и результат игры. У тренерской команды были припасены лишь несколько возможных вариантов, но группа, как это обычно случается, выбрала свой, непредсказуемый. Участникам приходилось выбирать между своими жизнью и смертью и судьбой неизвестной команды, просящей о помощи, между перспективой остаться в безопасности или столкнуться с непознанными явлениями, остаться человеком или изменить форму своего существования... На самых последних минутах игры участники, принявшие осмысленное и обсужденное решение оставаться в безопасности и лететь домой, изменили его и поступили эмоциональ-

но — покинули корабль и остались на неизвестной планете, чтобы рискнуть попробовать что-то совершенно новое, пусть даже без перспективы повернуть назад и с риском для собственной жизни. При обсуждении участники говорили о том, что такое поведение оказалось неожиданным для них самих, и те чувства, которые они при этом получили, стоят многого, поскольку дают ощущение переступания через свой страх и внутренние барьеры.

Игра стала переломным моментом, после которого у участников появилось больше внутренней свободы в мыслях, идеях и действиях. Оказалось, что риск поступить неожиданно приносит больше позитивных эмоций, чем ощущение себя в безопасности.

Техника стимуляции креативного мышления “Плацдарм” относится к методам визуализации и широко используется для разработки новых идей в разных научных сферах. Техника предполагает мысленное следование инструкциям, которые зачитываются тренером для всей группы. Согласно инструкции, участники совершают путешествие в волшебном стеклянном лифте в неизведанные миры, где они находят неожиданные изобретения. Они беседуют по поводу этих изобретений с теми существами, которых там встретят: подробно расспрашивают об устройстве, возможностях применения и т.д. К этим изобретениям, к слову сказать, предъявляются определенные требования: они должны быть практически применимыми, сделанными из материалов, доступных в наших условиях, а способ их создания должен быть воспроизводим. При использовании этой техники в первый раз участники, как правило, делают открытия, которые вряд ли можно воплотить в жизнь в реальных условиях, они, скорее, фантастичны. При повторении техники изобретения становятся все более реалистичными. Задачей использования техники является знакомство с механизмом, которые используют изобретатели, и который можно применять к разным областям знания самостоятельно, тогда, когда это будет удобно. Наши участники “вернулись” из путешествия с искрящимися глазами, полные идей и творческого воодушевления. Следующие техники стимулирования творческого мышления, более сложные по своему исполнению, уже проходили на более высоком уровне. В результате семинара участники вооружились целым арсеналом креативных средств, используя которые можно эффективно придумывать, дорабатывать и изобретать.

Третий семинар “Искусство быть собой”

“Это самое главное — позволить себе быть настоящим”

У. Шекспир

Семинар был направлен на развитие принятия себя, осознание и развитие собственной уникальности, и начался он с более глубокого знакомства участников друг с другом с помощью техники “Автопортрет-ассамбляж” (см. “Трэннерскую скринку”. Адукатар. №2 (16), 2009). Участники также вытянули записки с именами друг друга и получили задание наблюдать за



фото: Алена Луговцова, Татьяна Кнотько (с. 32).

тем человеком, который указан в записке (но так, чтобы он этого не заметил), выделить наиболее интересные черты его личности, сделать фотоколлаж-ассамбляж (что предполагает использование не только фото, но и мелких предметов), сфотографировать его и представить затем в конце дня. Во время представления участники пытались угадать, с кем именно ассоциировался у автора представляемый коллаж.

С помощью **трансовой техники** “Пассажиры поезда” и ролевой психодраматической техники “Разговор субличностей” участникам было предложено исследовать разные стороны своей личности и понять, какая из них является доминирующей, и к чему она стремится. При проведении **трансовой техники** “Пассажиры поезда” участникам предлагалось закрыть глаза и представить себя на перроне вокзала в ожидании поезда. В этом поезде к ним едут гости, которых они еще ни разу не видели, но чувствуют, что давно их ждут. После того как напротив них останавливается долгожданный вагон, из него начинают выходить люди, встречи с которыми они давно ждали. Участникам предлагается познакомиться с каждым из гостей: обратить внимание, как они выглядят, понять, чем они занимаются, как относятся к жизни, к другим людям, о чем мечтают, чего боятся, зачем приехали в гости. Затем участники с перрона возвращаются в тренинговую аудиторию и рисуют своих гостей. По сути, приехавшие в образе гости есть не что иное, как части личности того, кто их представил. Значение имеет и порядок выхода гостей: как правило, первыми выходят те из них, черты образа которых мы с удовольствием демонстрируем в общении с другими, последними — подавляемые или не принимаемые

части себя. Следующим этапом работы стала интеграция выделенных частей личности посредством организации разговора между ними. Участники с помощью других членов группы, олицетворявших их гостей, имели возможность услышать каждую из своих частей со стороны, понять какая из них является главной и помочь им договориться.

Работа с рассказом **Л.Е. Бежина** “Мастер дизайна” (3) позволила участникам прийти к выводу, что внешнее представление себя (т.е. форма) не имеет смысла, если не соответствует внутреннему миру человека и задача каждого — обрести аутентичность, когда внешняя форма представления себя и любая внешняя активность человека соответствует его ценностям, желаниям и интересам. Следующим шагом стало **исследование и развитие персонального имиджа** (см. “Трэнерскую скринку” Адукатар. №2 (16), 2009). Участники имели возможность выявить, как воспринимают их окружающие и сопоставить их оценки с собственным восприятием себя, а также понять, что необходимо изменить в представлении себя, чтобы создаваемый у окружающих образ соответствовал собственному представлению личности о себе. В окончании семинара каждый участник делал мини-сообщение на тему “Я подарок для человечества, потому что...”, где необходимо было четко обозначить, какую пользу он может принести обществу, исходя из тех истинных желаний, которыми он обладает. В качестве домашнего задания к следующему семинару выступила реализация подгруппами, на которые были разделены участники, социально полезных мини-проектов, которые принесли бы пользу другим людям. При этом тематика проектов не ограничивалась.



Четвертый семинар “В контакте”

*“Наиболее важный компонент формулы успеха
— уметь ладить с людьми”*

Теодор Рузвельт

Целью семинара было развитие у участников навыков коммуникации и самопрезентации, поскольку знать свои сильные стороны и уметь разрабатывать и описывать креативные, инновационные идеи недостаточно, чтобы стать успешным человеком, важно уметь “подать” эти идеи (и себя) людям. Семинар начался с представления домашнего задания. В качестве демонстрационного материала группами были представлены фотографии. Первая малая группа презентовала акцию, суть которой заключалась в том, что прохожим раздавались воздушные шары в обмен на улыбку и согласие сфотографироваться. Вторая малая группа использовала разные стратегии: бесплатно раздавала жетоны в метро, открывала перед прохожими двери в метро и магазины, раздавала открытки молодежи на улице, которые они могли подписать дорогим им людям и т.д. Третья малая группа соответственно прочитанной ими в книге притче, раздавала ленточки, которые необходимо было подарить самым дорогим людям с объяснением того, почему они являются настолько важными в их жизни. В целом стоит отметить повышенный интерес группы к выполнению этого задания, позитивные отзывы о собственном самоощущении в процессе и по окончании проведенных ими акций, а также новые идеи для дальнейшей реализации. Возможно, читателям покажется, что эти мини-акции являются очень простыми. Однако, как показала практика, молодежь настолько редко самостоятельно инициатирует и проводит какие-либо мероприятия, в которых нужно делать что-то для большого количества людей, что даже небольшие действия требуют мужества.



Логика семинара предполагала работу над пониманием важности общения в жизни каждого человека посредством анализа системы личной коммуникации. Для этого мы использовали рассказ А.С. Экзюперы “Маленький принц”, а также непосредственно **тренинг общения**. Известного всем “Маленького принца” мы читали заново, но интерпретировали при этом несколько по-иному. Начиная с рисунка удава, который съел слона, мы возвращались в детство каждого участника и рассматривали чувства непонятого ребенка. Участники вспоминали и разыгрывали сцены, в которых их идеи, стремления что-то сделать были не поняты другими людьми. Мы вспоминали, встречались ли им кто-то, кто в точности понимал, что они хотят сказать, их мысли, планы и чувства “с полуслова”, как это случилось с Маленьким принцем и летчиком, потерпевшим крушение в сахаре? Что они чувствовали при этом? Как развивались дальше эти отношения? Постепенно продвигаясь от главы к главе, участники пришли к выводу, что каждое взаимоотношение уникально, и хотя, открывая свои сердца, мы становимся более уязвимыми, то, что мы получаем взамен, неизмеримо больше. В общении — истинный смысл жизни.

Тренинг общения включал сбор и отработку фраз, с помощью которых можно познакомиться с интересующим человеком в общественном месте, составление набора интересных тем, разработку истории о себе, которая могла бы заинтересовать и привлечь незнакомого человека. Окончанием тренинга было задание познакомиться на улице с абсолютно незнакомым человеком таким образом, чтобы он готов был продолжить знакомство (т.е. назначить следующую встречу). Результатом тренинга стало успешное знакомство на улице 80% участников.

В качестве домашнего задания к летнему лагерю участникам было предложено организовать и провести мероприятие, направленное на принесение пользы окружающим людям, с привлечением для его подготовки и реализации лиц, не участвующих в проекте. Отсутствие содержательной и организационной рамки повышала мотивацию и активизировало творческие способности участников.

Летний лагерь “С высоты полета”

*“Победителю нужно время, чтобы насладиться
проделанной работой, потому что именно
осознание высоты горы делает вид
с ее вершины таким вдохновляющим”*

Д. Уэйтли

Заключительным образовательным мероприятием стал летний лагерь, на который помимо постоянных участников программы приглашались и те молодые люди, которые были задействованы в организации и проведении их итоговых мини-проектов. В рамках лагеря была предложена **трехдневная ролевая игра живого действия (LARP) “Отель Калифорния”**. “Отель Калифорния” — это тюрьма где-то в необъятном пространстве несбывшихся надежд, проигранных партий, отринутых мечтаний, в некоей местности, где останови-



лось время... где-то на самом краю Света. Она — единственный островок искаженных случайностей в застывшем океане утраченных возможностей. Сюда попадают не за совершенные преступления, а за несовершенные поступки. Никто не помнит, как сюда попал. Так же, как никто из нас не помнит, как стал тем, кто он есть. Никто не знает, почему именно на него пал выбор. Так же, как никто из нас не знает, почему в жизни с ним происходят те или иные события. Просто так происходит. И время попасть сюда пришло именно им. Если заключенные находятся в этой тюрьме, значит, им всем был вынесен один Приговор — прекращение существования. Время до исполнения Приговора — 48 часов. Это время каждый заключенный волен провести, как пожелает. Избежать приговора можно лишь одним способом — доказать право на существование, побороть свои страхи и слабости, пройдя через все Испытания.

Каждый участник получил роль, в соответствии с которой должен был действовать. Каждая из ролей содержала в себе описание слабости, которую персонаж проявлял жизни, которая не позволила ему реализовать себя, и за которую он был осужден. Игровая ситуация требовала ее преодоления. По итогам игры участники отметили, что представленные в ролях слабости так или иначе проявлялись в их реальной жизни. В процессе их игрового преодоления они получили для себя значимый эмоциональный опыт. Завершающим действием лагеря стало презентация участниками своих мини-проектов и опыта общественной деятельности.

Список литературы:

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Эффективная команда: шаги к созданию. Руководство для тех, кто хочет создать свою команду. — СПб.: Речь, 2003. — С. 58–71.
2. Спенсер Д., Бланшар К. Кто забрал мой сыр? — <http://www.syntone.ru/library/books/content/189.html>.
3. Бежин А.Е. Мастер дизайна. — <http://torrents.ru/forum/viewtopic.php?t=1550661>.

И выдох... “Выдохом” стало проведение **Креативного кафе “Как стать изюминкой в бочке с изюмом”** по технологии “Всемирного кафе”. В Креативном кафе мы создали атмосферу, в которой каждый посетитель чувствовал себя комфортно, а поэтому мог быть самим собой, креативно мыслить, слушать и высказывать даже самые невероятные идеи, которые могли быть реализованы в общественной или профессиональной сфере. Разговор в Кафе представлял собой творческий процесс, способствующий проведению совместного диалога, обмену знаниями и созданию возможностей для дальнейшего сотрудничества. По итогам работы Кафе были созданы 4 творческие группы, которые в настоящий момент занимаются дальнейшей разработкой своих идей, чтобы сделать из них полноценные проекты.

Зачастую проектная деятельность предполагает охват как можно большего количества участников, и каждый следующий семинар проводится уже с новыми людьми. Мы работали с одной и той же группой и, как показала практика, такой подход является продуктивным, поскольку для реальных изменений даже в мышлении человека, недостаточно посетить одно мероприятие. Личность не изменяется за 1 день (если только это не катастрофические события в ее жизни). Одного — трех дней достаточно для ознакомления с каким-либо направлением деятельности, методами и т.д. Для того чтобы соотнести предлагаемый материал, стиль мышления или стратегии со своими, принять решение о необходимых изменениях, и перевести эти мысли на уровень действий, причем мотивированный изнутри, необходимо длительное время. То, на каком уровне проходило обсуждение в рамках Креативного кафе, и какие идеи были представлены, показало, что выбор своей стратегии был сделан нами правильно.

Мы очень надеемся, что разработанные участниками идеи будут описаны и преобразованы в проекты. И когда начнется их реализация, мы снова готовы будем вздохнуть...

