

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11 Г. УРУС-МАРТАН»

Отчет
о проведении психологического тренинга
на развитие креативности и творческих способностей

19 сентября 2024 года с учащимися 7-8 классов был проведен психологический тренинг по развитию креативности и творчества.

В тренинги участвовали – 289 учащихся.

Слово психолога: креативность (от англ. create – создавать, англ. creative – созидательный, творческий) – творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от традиционных или принятых схем мышления и входящие в структуру одаренности в качестве независимого фактора, а также способность решать проблемы, возникающие внутри статичных систем. Согласно авторитетному американскому психологу Абрахаму Маслоу – это творческая направленность, врожденно свойственная всем, но теряемая большинством под воздействием среды.

Творчество – деятельность, результатом которой является создание новых материальных и духовных ценностей. Будучи по своей сущности культурно-историческим явлением, творчество имеет психологический аспект: личностный и процессуальный. Оно предполагает наличие у личности способностей, мотивов, знаний и умений, благодаря которым создается продукт, отличающийся новизной, оригинальностью, уникальностью. Изучение этих свойств личности выявило важную роль воображения, интуиции, неосознаваемых компонентов умственной активности, а также потребности личности в самоактуализации, в раскрытии и расширении своих созидательных возможностей.

Цель: осознание креативности в себе и её развитие. (Развитие способности участников находить новые нестандартные (креативные) решения задач; налаживание коммуникативных связей внутри группы.)

Задачи:

1. Осознание и преодоление барьеров для проявления и развития творческого мышления.
2. Осознание характеристики креативной среды.
3. Формирование навыков и умений управления творческим процессом.

Материалы: бумага, ножницы, карандаши, модели предметов, мяч, газеты.

Этапы работы:

I. Этап – разогрев

Упражнение «Перекинь мяч»

Цели: вербальное и невербальное общение, сближает членов группы. Оно направлено на раскрепощение членов группы, на установление контактов друг с другом и поиску быстрого решения поставленной задачи.

Материалы: мяч.

Время: 2-5 минут

Процедура: Участники стоят в тесном кругу, им дается небольшой мячик (размером приблизительно с теннисный) и формулируется задание: как можно быстрее перекинуть этот мячик друг другу так, чтобы он побывал в руках у каждого. Ведущий фиксирует потребовавшееся на это время. Оптимальное число участников в кругу от 6 до 8; при большем их количестве целесообразно выполнять упражнение в нескольких подгруппах. Упражнение повторяется 3-4 раза, ведущий просит делать его как можно быстрее. Когда затраты времени доведены примерно до 1 с на каждого участника, ведущий просит изобрести и продемонстрировать способ, которым можно перекинуть мяч так, чтобы он побывал в руках у каждого, потратив лишь 1 с на всю группу. Обычно через некоторое время участники придумывают и демонстрируют соответствующее решение. (Оно состоит в том, что все они ставят сложенные «лодочкой» руки друг над другом и поочередно разводят ладошки в стороны. Мячик, падая вниз, передается из рук в руки и таким образом успевает побывать у каждого участника). Задача решена!

Психологический смысл упражнения. Демонстрация того, как проблема может быть решена более эффективно с помощью нетривиального подхода к ней и как этому препятствуют стереотипы («перекинуть – значит подбросить вверх, а потом поймать»). Сплочение группы, обучение координации совместных действий.

Вопросы для обсуждения:

1. Что мешало сразу же увидеть быстрый способ выполнения задания, какой стереотип при этом активизировался?
2. Кому первому пришла мысль перебрасывать мяч, не подкидывая, а роняя его, и что подтолкнуло к этой идее?
3. Какие ситуации, когда стереотипное видение мешало разглядеть простой и нетривиальный способ решения проблемы, встречались в жизненном опыте участников и как удавалось преодолеть эти ограничения?

Упражнение «Островки» (5-10 минут)

Цель: всем участникам разместится на газете. (на всей, на половине газеты, на трети).

Материалы: газеты.

Время: 5-10 минут

Процедура: Участники разбиваются на группки по 4-6 человек и на скорость выполняют задания.

Смысл упражнения: Создание условий для воплощения и выдвижения идей о способах действия нестандартной ситуации, сплочение группы, физическая разминка. Участники обмениваются эмоциями и чувствами и озвучивают все свои идеи.

II. Этап – Основная деятельность

Упражнение «Стоп-кадр»

Цель: развитие навыка экспрессии, с другой – дает возможность участникам в новом ракурсе взглянуть на свое отношение к тем жизненным сферам, которых касаются слова.

Материалы: список слов.

Время: 10 минут

Процедура: Участники свободно перемещаются по аудитории. По команде ведущего, подаваемой с помощью хлопка в ладоши, они останавливаются и демонстрируют с помощью мимики и пантомимики (позы, жестов, движений тела) то слово, которое называет ведущий. «Стоп-кадр» продолжается 8-10 с, после чего по повторному хлопку ведущего участники опять начинают свободно перемещаться по помещению, пока не прозвучит следующий хлопок и не будет названо очередное слово. Желательно заснять «стоп-кадры» с помощью цифровой фото или видеокамеры и продемонстрировать отснятые материалы участникам непосредственно после упражнения.

Можно использовать, например, такие наборы слов: время, прошлое, детство, настоящее, учеба, будущее, профессия, успех; встреча, общение, понимание, дружба, любовь, семья, счастье.

Упражнение «Применение предметов»

Цель: развитие творческого интеллекта.

Материалы: скрепку для бумаг, зубную щетку, карандаш, спичку... и т.д.

Время: 10–15 минут

Процедура: За две минуты найдите как можно больше применений для обувного шнурка и запишите их. Это упражнение, развивающее творческий интеллект для рассмотрения можно брать любой другой предмет.

Вопросы для обсуждения:

1. Сложно было придумывать новое применение простым и знакомым вещам?
2. Как можно применять ваш предмет?
3. О чем заставило задуматься это упражнение?

Упражнение «Арка»

Цель: развитие творческих способностей, поиска нестандартного решения поставленной задачи.

Материалы: ножницы, бумага.

Время: 10 минут

Процедура: Участники объединяются в команды, получают бумагу формата А 4, и им дается задание: изготовить такую арку, чтобы через нее смог пройти любой из участников или все по очереди. Продемонстрировать как можно больше способов.

Вопросы для обсуждения:

1. Кому сначала казалось, что выполнить упражнение невозможно?
2. Часто ли возникают такие ситуации?
3. Кто подсказал решение или это коллективное?

III. Этап – Завершение

Упражнение «Творческая жизнь»

Цель: обобщить представление участников о своих творческих способностях и найти свое творческое начало.

Время: 7–15 минут

Материалы: бумага, ручки.

Процедура: Участники объединяются в группки по 5-6 человек, получают задание: Сформировать перечень рекомендаций, которые позволят «сделать более творческой собственную жизнь», и записать их. Формируемые рекомендации должны быть реально воплотимы в жизнь всеми участниками или хотя бы

большинством из них (т.е не подразумевать наличие каких-либо редко встречающихся способностей, слишком крупных материальных затрат и т.п).

Обсуждение в группе разобрать все варианты.

Пример:

1. Регулярно выполнять физические упражнения;
2. Овладеть техникой медитации и релаксации.
3. Ведите дневник, пишите рассказы, стихи, песни записывайте умные мысли.
4. Расширяйте кругозор своих интересов и др.

Отчет
о проведении семинара для педагогов по формированию
креативного мышления у учащихся на уроках

20 сентября 2024 года с педагога был проведен семинар на тему «Развитие креативного мышления во время уроков»

Выступление психолога: все дети очень креативны – это подтверждают многие тесты. Но со временем вырабатывается стереотипность мышления, которая сводит способности нестандартного поведения на «нет». Поэтому главная задача для развития креативного мышления – уход от привычного поведения. В английском языке есть знакомое многим выражение **«thinkingoutsidethebox»** (дословно – «мыслить за пределами коробки»), которое используется для определения нестандартного поведения. На русский язык его можно перевести так: способность мыслить вне рамок. В сущности, нужно постараться понять, что и рамок, вне которых надо мыслить, тоже не существует. Рамки коробки возникают тогда, когда вместо веселья и гулянья по бескрайним полям психики человеческая мысль день за днем уныло бредет узкой и давно заросшей родными привычками тропинкой ума. К примеру, если мы привыкли ходить домой одной и той же дорогой, можно попробовать пойти домой другим путем, и каждый день потом находить новые варианты. Полезно бывать в новых местах, изучать что-то принципиально отличное от того, что нам уже было известно. Для развития креативности отлично подходят перемены в рационе питания. Можно придумать новое меню или попробовать голодание (без фанатизма). Другой способ развития креативности – увлечение искусством. Игра на музыкальных инструментах развивает мелкую моторику пальцев. От них поступают импульсы в головной мозг. Вот поэтому и было замечено, что музыканты очень сообразительны. Это в равной степени относится и к тем, кто умеет вышивать, вязать и пользоваться клавиатурой компьютера. Спортивные нагрузки, танцы, прогулки на свежем воздухе способствуют развитию творческого воображения.

1. Условия развития креативного мышления.

Одним из важнейших факторов творческого развития детей является создание условий, способствующих формированию их творческих способностей. Можно выделить пять основных условий успешного развития творческих способностей детей.

-Создание обстановки, опережающей развитие детей, стимулирование разнообразной творческой деятельности. Например, еще задолго до обучения чтению годовалому ребенку можно купить кубики с буквами, повесить азбуку на стене и во время игр называть ребенку буквы. Это способствует раннему овладению чтением.

-Раннее физическое развитие ребенка: раннее плавание, гимнастика, раннее ползание и хождение. Затем раннее чтение, счет, раннее знакомство с различными инструментами и материалами.

-Создание условий максимального напряжения сил. Способности развиваться у ребенка тем успешнее, чем чаще в своей деятельности он добирается «до потолка» своих возможностей и постепенно поднимает этот потолок все выше и выше. Дайте ребенку возможность решать множество совершенно новых для него задач самостоятельно и без предварительного обучения. Например, у ребенка закатился далеко под диван мяч. Родители не должны спешить достать ему эту игрушку из-под дивана, если ребенок может решить эту задачу сам.

-Создание комфортной психологической обстановки: теплой, дружелюбной атмосферы в семье и детском коллективе. Взрослые должны создать безопасную психологическую базу для возвращения ребенка из творческого поиска и собственных открытий. Важно постоянно стимулировать ребенка к творчеству проявлять сочувствие к его неудачам, терпеливо относиться даже к странным идеям несвойственным в реальной жизни. Нужно исключить из обихода замечания и осуждения.

-Сопровождение творческой деятельности ребенка, а именно ненавязчивая, умная, доброжелательная помощь. Самое главное здесь – не превращать свободу во вседозволенность, а помощь в подсказку. К сожалению, подсказка – распространенный среди родителей способ «помощи» детям, но она только вредит делу. Нельзя делать что-либо за ребенка, если он может сделать сам. Нельзя думать за него, когда он сам может додуматься.

Воспитание творческих способностей детей будет эффективным лишь в том случае, если оно будет представлять собой целенаправленный процесс, в ходе которого решается ряд частных педагогических задач, направленных на достижение конечной цели.

Как не мешать развитию креативности?

- Старайтесь не ограничивать фантазию и инициативу ребенка.
- Не воспринимайте неудачи ребенка как провалы, наоборот, поощряйте за смелые эксперименты и любознательность.
- Не ждите и, тем более, не требуйте от детей того, что они должны «соответствовать».
- Не акцентируйте внимание на результате, а наслаждайтесь вместе с детьми творческим процессом.

Для развития креативности в школьном возрасте есть все основания:

- дети испытывают потребность в новизне, открыты для нового опыта,
- ищут стимулы и находят для себя проблемы,
- обладают широким восприятием, богатым воображением,
- легко и гибко меняют идеи, способы мышления,
- испытывают интерес и увлечены своими действиями.

Что дает креативное мышление школьнику?

Приобретение разнообразных навыков.

Развитие творческого воображения.

Преодоление трудностей, что позволит проявить свои творческие способности и раскрыть свою индивидуальность, повысить самооценку.

Возможность научиться использовать непривычные подходы, разрушить оковы стереотипов мышления. т.е. мыслить креативно.

Преодоление боязни и инертности, «сделайте что-нибудь пусть маленькое, но новое и ни на что не похожее».

«Ничего не делаешь, ничем не рискуешь», «Не ошибается тот, кто ничего не делает» — эти слова хорошо характеризуют нетворческий подход.

Лучший способ преодолеть страх неудачи — попробовать и добиться успеха.

Какие методы, технологии позволяют формировать креативность у детей?

технология развития креативного мышления, которая направлена на поддержку познавательного потенциала каждого ребенка.

Технология включает:

Нетрадиционные формы проведения занятий.

Организацию «креативных минуток» на каждом занятии.

Исследовательскую, проектную деятельность воспитанников. Данная технология способствует развитию не только познавательных, интеллектуальных навыков школьников, но и развитию информационной культуры и творческого мышления учащихся.

Модульные, элективные курсы, ориентированные на развитие творческих способностей.

Систему внеурочной деятельности.

Просвещение родителей, приобщение семьи к развитию творческого потенциала ребенка.

Использование специальных методов творческого мышления:

№	Наименование метода	Краткое содержание
1.	ТРИЗ / теория решения изобретательских задач	Алгоритмизированный подход к изобретательству, творчеству + желание и чувства ребенка
2.	Система творческих заданий	Все виды игровых методик
3.	Моделирование	Создание проблемной ситуации, ее разрешение; анализ + сопоставление
6.	Мозговой штурм / решение проблемы по этапам	1. Максимальное количество решений поставленной задачи – даже абсурдные, критика не допускается; 2. Количественный анализ предложенных решений, выбор «+», «-»; 3. Отбор самых интересных и реальных
7.	Эвристика / эвристическая беседа	Цепь вопросов и ответов , дающих возможность строить диалог на определенную тему
9.	Метод аналогий и альтернатив	Спонтанное мышление в разных направлениях без попыток выбрать лучший вариант решения и без детальной проработки отдельных вариантов
10.	Метод образно-понятийного мышления	Метод образно-понятийного мышления направлен на развитие воображения, умение работать с образами в воображении
11.	Метод угадывания	К методу угадывания нам приходится прибегать в ситуации неопределенности, где нет возможности пробовать и выстраивать оптимальное решение
12.	Метод заметок	Фарадей использовал метод, который условно называется методом портативного банка памяти. Это очень просто. Вы покупаете маленький блокнот и носите его с собой повсюду , как это делали молодой Эйнштейн и Фарадей. Метод работает, потому что удовлетворяет первому закону поведенческой психологии: как только вы записываете впечатление или мысль, вы формируете особый тип творческого поведения.
13.	Mindmapping / интеллект-карты, ментальные карты	Это удобная и эффективная техника визуализации мышления и альтернативной записи. Ее можно применять для создания новых идей, фиксации идей, анализа и упорядочивания информации, принятия

10 самых популярных методик генерации новых идей

Креативное мышление формируется на всех уроках, на всех этапах урока и во всех видах деятельности. Для формирования креативного мышления существует много методик и технологий. В работе учитель может сам лично создавать такие приемы и методы.

1. Мозговой штурм. Автор – Алекс Осборн.

Основной принцип состоит в том, чтобы развести во времени генерацию идеи и ее критику. Каждый участник выдвигает идеи, другие пытаются их развивать, а анализ полученных решений проводится позже. Иногда используют «немой» вариант мозгового штурма - брейнрайтинг, когда идеи записываются на листке бумаги, который участники передают друг другу, внося новые возникшие соображения.

2. Шесть шляп. Автор – Эдвард де Боно.

Методика позволяет упорядочить творческий процесс с помощью мысленного надевания одной из шести цветных шляп. Так, в белой человек беспристрастно анализирует цифры и факты, затем надевает черную и во всем ищет негатив. После этого наступает очередь желтой шляпы - поиска позитивных сторон проблемы. Надев зеленую, человек генерирует новые идеи, а в красной может позволить себе эмоциональные реакции. Наконец, в синей подводятся итоги.

3. Ментальные карты. Автор – Тони Бьюзен.

По его мнению, креативность связана с памятью, а значит, укрепление памяти улучшит и качество креативных процессов. Однако традиционная система записи с заголовками и абзацами препятствует запоминанию. Бьюзен предложил поместить в центр листа ключевое понятие, а все ассоциации, достойные запоминания, записывать на ветвях, исходящих от центра. Не возбраняется подкреплять мысли графически. Процесс рисования карты способствует появлению новых ассоциаций, а образ получившегося древа надолго останется в памяти.

6. Морфологический анализ. Автор – Фриц Цвикки.

Объект нужно разложить на компоненты, выбрать из них несколько существенных характеристик, изменить их и попытаться соединить снова. На выходе получится новый объект. Например, нужно придумать визитную карточку для парфюмерной компании. Если изменить классическую прямоугольную форму и воздействие на органы чувств, может получиться треугольная визитка с запахом парфюма.

7. Непрямые стратегии. Авторы – Брайан Эно и Питер Шмидт.

Берется колода карт, на которых записан набор команд (например, «дай волю злости», «укради решение» и др.). Во время создания новой идеи нужно вытаскивать карту и пытаться следовать ее указаниям.

8. Автобус, кровать, ванна.

Метод основан на убеждении, что новая идея не только зреет в глубинах подсознания, но и активно рвется наружу. И чтобы она проявилась, надо лишь не мешать ей. Новая идея может прийти в голову где угодно, даже в малоподходящих для этого местах. Классический пример - Архимед с его ванной.

9. Расшифровка.

Берется непонятная надпись на чужом языке - скажем, иероглифы. В голове человека, который ее рассматривает, будут рождаться разные ассоциации. Один преподаватель, например, «увидев» воду и три круга, решил открыть свое дело и занялся доставкой устриц.

4. Синектика. Автор – Уильям Гордон.

Еще одним неординарным способом генерации идей наравне с такими приемами как мозговой штурм и метод шести шляп Эдварда Де Боно выступает метод синектики. **Метод синектики применяется для решения проблем и поиска новых идей посредством использования аналогий и переноса стоящих перед вами задач на готовые решения, существующие в различных сферах и областях. Синектика –**

это сочетание разнородных, а иногда даже не совместимых элементов в процессе постановки и решения задач.

В методе применены четыре вида аналогий — **прямая, символическая, фантастическая, личная**, которые мы очень часто используем в повседневной жизни – в обычном разговоре, когда хотим очень понятно объяснить собеседнику.

Фантастический вид аналогии позволяет отказаться от стереотипного решения, перенести в сказку любую ситуацию, использовать волшебство, фантастических и сказочных животных и т. д. когда задача будет решена необходимо выяснить, что мешает решить задачу тем же путем в реальной ситуации и постараться обойти это препятствие. Ситуация. Урок русского языка. Сочинение «Как я провел 32 января».

Примером **личной** аналогии можно назвать пересказ произведения от имени главного героя, от имени других героев, представить себя каким-либо домашним животным и рассказать о своих привычках и т. д.

Тема: «Домашние животные». Что вы ели, чем занимались, где спали? Что бы вы хотели получить от хозяина? Например, что думает рыбка из аквариума об обитателях квартиры?

Тема: «Домашние опасности». Что думает газовая плита о жителях квартиры. С кем из людей и вещей она дружит, а кого не любит? Почему?

«Представьте себе, что вы имя прилагательное, расскажите, какими себя видите? Что произойдет с вами, если вы ещё и выполняете работу эпитета в тексте?»

5. Метод фокальных объектов. Автор – Чарльз Вайтинг.

Давайте усовершенствуем, к примеру, фонарик. Для этого выберем 3 случайных объекта: очки, парашют, валенки. Выделим их свойства:

Очки защищают от солнца, модный аксессуар.

Парашют раскрывается, прочный, надежный, разноцветный.

Валенки теплые, мягкие, элемент деревенского стиля.

Теперь перенесем эти свойства на фонарик:

солнечный, защитный, модный;

раскрывающийся, разноцветный, прочный и надежный;

теплый, мягкий, деревенский.

Какие-то несуразные словосочетания, не так ли? Но давайте подумаем, как их можно использовать для создания новых идей методом фокальных объектов:

фонарик заряжается от солнца;

используется украшение, например, в виде кулона;

фонарик — мягкая игрушка;

складной фонарик;

с несколькими разноцветными фильтрами;

с защитой от механических повреждений, противоударный.

Так с помощью никак не связанных между собой слов получилось создать несколько интересных идей по улучшению характеристик обычного фонарика. Также появились необычные способы его применения (украшение, игрушка).

Некоторые приемы для развития творчества:

«Соедини несоединимое»

Начало. Тихо падает с крыши чуть подтаивший снег.

Конец. Вагон покрасили в синий цвет.

«Закончи»

Можно закончить рисунок, задачу каким-нибудь нетривиальным способом, историю.

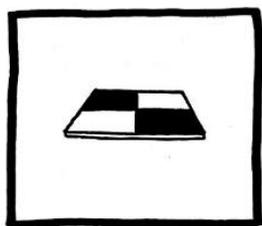
«Продолжи»

Можно продолжить рассказ или стихотворение.

Что такое друдлы и кто их придумал

Есть три версии происхождения английского слова doodle:

- doodle (каракули) + riddle (загадка);
 - doodle + drool (пускать слюни, нести чепуху);
 - doodle + drawing (рисунок, рисование).
- Друдлы стали популярны в США после того, как американский комик Роджер Прайс в 1953 году издал книгу Doodles с собранием простых картинок, смысл которых нужно придумать самому. Автор снабдил рисунки смешными и неожиданными подписями, чтобы подтолкнуть читателя к самостоятельному и творческому поиску смыслов. Книгу быстро раскупили, а потом много раз переиздавали, добавляя новые друдлы.
 - Вот, например, картинки из свежего издания книги Р. Прайса «Полное собрание друдлов» (2019):



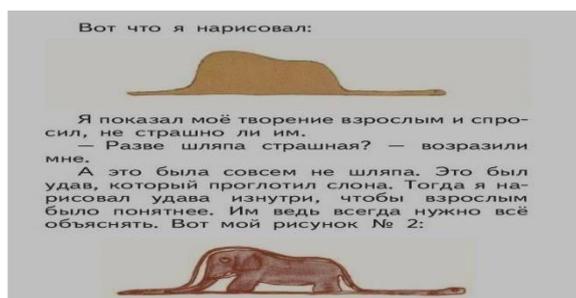
CHECKERBOARD FOR BEGINNERS

«Шахматная доска для начинающих»

Каждый может увидеть в этих картинках что-то своё, и в этом суть друдла — он развивает воображение. К тому же это просто весело — собраться большой компанией, классом, Zoom-конференцией, чтобы выдумывать разные названия для таких картинок.

В Америке друдлы из книги Прайса были так популярны, что из них делали телешоу: участники разгадывали смысл картинок в прямом эфире. В советской передаче «Будильник» был такой герой — профессор Друдл: он показывал картинки, а дети присылали свои версии толкования.

Хотя именно Роджер Прайс сделал друдлы популярными по всему миру, он не был их изобретателем. Сложно установить того, кто первым придумал рисовать простые картинки с возможностью разных интерпретаций, но, например, вы наверняка узнаете «удава, который проглотил слона». Он был придуман за 10 лет до пика популярности друдлов.



Как использовать друдлы в обучении

Друдлы могут стать не только развлечением для взрослых и детей, но и хорошим способом визуализировать, запоминать сложную информацию, развивать воображение. Вот несколько идей, как использовать друдлы в онлайн- и офлайн-обучении.

Включение внимания

Друдл поможет школьникам сосредоточиться перед началом урока. Нарисуйте друдл на классной доске, на бумаге чёрным маркером, создайте его с помощью [специального онлайн-сервиса](#) — и попросите детей рассказать о том, что они видят на картинке.

Внимание к доске и словам учителя включится даже у тех, кто ещё не совсем проснулся или, наоборот, не отошёл после бурной перемены. Заодно дети потренируют воображение. В случае с друдлами не бывает неправильных ответов, детям будет интересно самовыражаться и проявлять свободу мышления.

Способ запомнить информацию

Например, в Эстонии [придумали](#) друдлы, в которых зашифрованы фольклорные сюжеты. В такой форме дети могут легко запомнить название книги, главных героев сказки или даже математическую формулу.

Педагог – психолог