

Е.Ю. Гуртовая (г. Минск, Республика Беларусь)

#### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНИНГА ТВОРЧЕСКОГО ВОСПРИЯТИЯ В НЕПРЕРЫВНОМ ОБРАЗОВАНИИ**

Достижение гармонии с собой и с окружающими всегда было важным условием для наиболее полной самореализации человека. Понимание потребности личности в постоянном самосовершенствовании нашло свое отражение в концепции непрерывного образования, которое сопровождает человека на протяжении всей жизни. В системе непрерывного образования для расширения возможностей человека, повышения его заинтересованности и просто снятия напряжения можно использовать тренинги творческого восприятия.

В результате проведенного исследования 76,5% опрошенных нами молодых людей высказали уверенность, что творческие качества присущи каждому человеку. Это можно расценить как показатель осознания того, что потенциально они могли бы достичь большего, но их личностные качества и боязнь быть непонятыми и осмеянными не позволяют им этого сделать. На необходимость развития творческого восприятия

указывает еще и тот факт, что слишком мало респондентов видят пути преодоления сложившегося положения вещей. Только 17,3 % указали на необходимость развития творческих качеств и только 5,6 % на необходимость их нахождения, открытия.

Помочь человеку раскрыть свои возможности и найти личный путь творческого развития помогает тренинг развития творческого восприятия, направленный на осознание своей деятельности – источник внутреннего опыта, способ самопознания и необходимый инструмент мышления.

Творческие достижения субъекта не следует оценивать с позиций общепринятых нормативных стандартов. Оценочный покус должен быть перенесен с самой личности на то дело, открытие, которое ей сделано. В этом смысле тренинг творческого восприятия постоянно оживляет чувство самостоятельности, смелости в отступлении от общепринятых шаблонов.

Тренингом принято считать процесс совершенствования субъекта, приспособления его к повышенным требованиям в определенной работе путем систематических упражнений, увеличения нагрузки и возрастания, что не менее важно, сложности. Тренинг творческого восприятия совершенствует наше, засоренное обыденностью и привычностью, переживание жизни. Можно сказать, что он направлен на усиление нашего сознательного отношения к тому, что воспринимают наши органы чувств.

Ниже приведены некоторые упражнения, которые возможно использовать как в рамках специального курса, направленного на развитие творческих навыков, так и во время любых занятий для активизации познавательных процессов и установления комфортной атмосферы в коллективе. Кроме того, впоследствии многие из освоенных упражнений слушатели смогут выполнять самостоятельно.

Упражнение «Смотреть – и видеть». Преподаватель дает задание рассмотреть предмет. Важно объяснить слушателям, что это значит. От них требуется не только смотреть, но и видеть, то есть так запечатлеть предмет в памяти, чтобы он не забылся потом. Здесь возникает вопрос: как не пассивно созерцать, а познавать увиденное? Смотрим, то есть впускаем в себя зрительные образы каждый день, но «видеть» (непрерывно осознавать увиденное) нам в жизни некогда. Преподаватель может попросить именно «увидеть» знакомый или вновь принесенный предмет, прибор (например, микроскоп), затем описать его не глядя, потом проверить, что упущено в описании, что описано неверно. Важно показать, как меняет восприятие предмета цель, с которой он рассматривается. Для этого после «бесцельного» рассматривания можно предложить попытаться рассмотреть предмет с разными целями: потом нарисовать по памяти, впоследствии с ним работать, его продать. Сопоставление содержания своих мыслей по поводу различных ситуаций дает хорошую пищу для размышлений и наглядно иллюстрирует каждому изменение его восприятия при изменении цели.

Упражнение «На что похоже». Преподаватель дает возможность рассмотреть символ, знак химического элемента, то есть нечто, не являющееся рисунком в прямом смысле слова и увидеть, на что он был бы похож, будь он рисунком. Когда задание в принципе может не иметь верного или неверного ответа, то его не страшно выполнять, не страшно дать смешной ответ, это даже приветствуется, так как забавные ассоциации лучше запоминаются.

Упражнение «На одну букву». Пока преподаватель считает до тридцати, необходимо найти и запомнить все предметы в комнате, название которых начинается на букву С.

Упражнение «На три буквы». Необходимо определить характеристики представленного предмета, начинающиеся на три выбранные буквы.

Упражнение «Переключение внимания». Слушатели сначала рассматривают вещь в руке, а по команде – на стене. Потом опять в руке, стараясь продолжать ход своих мыслей с того же места, где остановились, а не сначала. Промежутки между командами постепенно сокращаются от минуты, до нескольких секунд.

Упражнение «Что нового». Проверять степень развития наблюдательности одновременно снимая часто возникающее напряжение начала занятия, преподаватель спрашивает у слушателей в начале занятия: что нового вы заметили сегодня в нашей аудитории.

Упражнение «Экран внутреннего видения. Мысленное действие». Цель упражнения состоит в том, чтобы показать, что мы видим все, о чем нам рассказывают, только мы всегда осознаем это видение или осознаем редкими обрывками картин.

Упражнение «Не думать о белом медведе» продолжает предыдущее. Преподаватель дает задание не думать о белом медведе в течение нескольких минут, потом спрашивает, кому это удалось, а главное – как. Важно чтобы слушатели сами пришли к выводу: что бы не думать о белом медведе, надо подумать о чем-то другом, например, о черной собачке.

Упражнение «Метафоры». Преподаватель спрашивает, что видят слушатели слыша слово «гаснут»? Это упражнение можно выполнять письменно.

Упражнение «Наполнение слов». Слушатели пытаются понять, на что похоже или иное слово, что оно им напоминает или напоминало, какое оно. Раскрытие образный смысл слов, добиваются того, чтобы слово стало наполненным, оживленным воображении.

Упражнение «Зримые разговоры». Это упражнение на непрерывное видение. Нужно постараться непрерывно видеть все, о чем слушаешь.

Группа упражнений «Мысленная речь». Для этого необходимо вспомнить, что выполнялось то или другое задание, причем тихонько проговаривать и видеть одновременно на мысленном экране свои действия одно за другим, попутно анализируя логику и последовательность действий. Продолжение упражнения – мысленные прогулки и экскурсии, кинолента прожитого дня, урока, поездки, экскурсии, групповой рассказ.

«Цепочка ассоциаций». Оттолкнувшись от какого-либо слова, отыскиваем ассоциации, которое оно вызывает, потом ассоциации, которые вызывает одно из возникших слов.

«Развитие координации движений». Правой рукой предлагается описать в воздухе цифру семь, а левой ногой на полу восьмерку.

Упражнение «Юлий Цезарь» тренирует механизмы переключения и рассредоточенное многоплановое внимание. Полезно время от времени делать примерно следующие упражнения: перемножать мысленно два многозначных числа и в то же время писать на листке хорошо известное вам стихотворение. Читать вслух знакомое стихотворение, а на бумаге перемножать два многозначных числа.

Упражнение «Слушать и слышать!» Преподаватель предлагает слушателям вообразить, что у них есть сонар – уникальный улавливатель звуков. И вот они его включают и пробуют разделить сумбурный, разнохарактерный шум на составные части.

Упражнение «Слышать только одного». Одновременно читают вслух незнакомый текст два человека. (Лучше если это будет не текст учебника, а какие-либо незнакомые аудитории статьи). Одни получают задание слушать только одного, другие – другого. Надо напомнить о том, что важно не только слушать, но и услышать, то есть понять, получить представление и непременно увидеть что-то на экране внутреннего зрения. Потом преподаватель спрашивает слушателей, кто может подробно рассказать все, что услышал, затем уточняет у аудитории, что он пропустил. Интересно проверить, кто одинаково хорошо слышал того и другого одновременно. Однако выясняется, что без тренировки по-настоящему можно было хорошо услышать только одного читающего.

Усложненный вариант предыдущего упражнения – «Три докладчика». Три слушателя садятся лицом к остальным. Каждому из них педагог дает статью. По команде – трое одновременно, в течение двух-трех минут, читают вслух свои статьи. Все

Слушающие должны понять, что читает каждый. Каждый из читающих должен слышать и понимать двух остальных докладчиков. Облегченный вариант – слушать одного из докладчиков, а докладчику – одного из своих соседей.

Тренинг творческого восприятия дает любому человеку возможность пережить радость от создания творческого продукта. Позволяет наладить контакт с аудиторией, заслужить доверие слушателей, показать значимость индивидуальных творческих достижений для широкого общественного мнения и признания.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ