

Департамент образования города Москвы

ГБОУ ДО Центр творческого развития и музыкально-эстетического
образования детей и юношества «Радость»

Ресурсный инновационный центр ГБОУ ДО ЦТР и МЭО «Радость»



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
УЧАСТНИКАМ
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО СЕМИНАРА
«Подготовка детей к публичному выступлению»

Авторы-составители:

д-р культурологи, проф. А.В. Каменец,

к.п.н. А.А. Бондарев

Москва – 2018

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Мотивы волнения, страха перед публичным выступлением как дошкольников, так и учащихся школьного возраста обобщенно можно представить примерно следующим перечнем травмирующих переживаний:

- «Поставят плохую отметку...»;
- «Буду выглядеть смешным – все увидят мою неуверенность, мое незнание...»;
- «Родители (педагоги) будут ругать...»;
- «Меня не будут любить...»;
- «Друзья не будут уважать...»;
- «Не оправдаю надежд...»;
- «Не справлюсь с поставленной задачей...»;
- «Не состоюсь как личность...».

Нетрудно заметить, что психологические причины страха во всех этих случаях связаны с *несовпадением* ожидаемого образа публичного выступления (желаемой ситуации успеха) с представлением о том, как это выступление может пройти в случае неудачи (подобный негативный опыт приобретается, как правило, на практике). Чем значительнее несовпадение – тем сильнее страх.

Следует учитывать, что страх перед выступлением, который способен дезорганизовать, парализовать и стать причиной серьезных социальных неудач, одновременно является свидетельством *рефлексии, внутренней работы сознания и души*, то есть потенциально действенной психической энергией, которую можно направить в созидательное, творческое русло. Главной задачей педагога, психолога, родителей и самого обучающегося при решении проблемы страха перед выступлением на публике становится учет совокупности объективных и субъективных факторов, анализ ситуации и сокращение разрыва (зазора) между внутренними ожиданиями, представлениями о себе и реальными возможностями.

Этими соображениями обусловлены следующие рекомендации.

1. Тем учащимся, кто волнуется мало – в силу возраста или других психических особенностей, о страхе перед публичным выступлением лучше вообще не говорить, чтобы не формировать на этой проблеме психологическую доминанту.

2. Педагог (родитель) должен научиться скрывать собственное волнение, чтобы не заразить им учащихся (детей); тем более не следует задавать вопросы: «Ты не волнуешься?», «Тебе не страшно?» или давать наставления: «Не переживай – ничего страшного здесь нет!».

3. При формировании психологической доминанты на ситуации публичного выступления, то есть страха перед выходом на публику, следует использовать методики и технологии, нацеленные на сближение запросов учащегося с его реальными возможностями, и одновременно – на формирование в нем чувства социального доверия.

Приведение в соответствие запросов, ожиданий, которые педагог, родители, сам учащийся принимают на себя, как тяжкое бремя, в ожидании предстоящего публичного выступления, с реальными возможностями требует объективной оценки ситуации и возможности планирования. Поставленная перед учащимся задача должна быть посильной и, в конечном счете, должна подарить учащемуся ощущение того, что с этой задачей он в целом справился. Соответственно, задачи нужно подбирать с учетом реальных возможностей: музыкантам-исполнителям давать посильный репертуар; юным актерам – посильную роль (может быть, с одной-двумя фразами); спортсменам и танцорам – упражнения и трюки не на пределе их возможностей; докладчикам – темы, которые они могут раскрыть доступным, привычным им языком и т.д.

В этом случае не будет накапливаться негативный опыт потери себя в ситуации публичного выступления, а, напротив, учащиеся будут приобретать опыт сохранения внимания и самоконтроля в условиях умеренного волнения.

4. Безусловно, залог хорошего выступления – добросовестная подготовка. «Тяжело в учении – легко в бою», – говорил А. Суворов. Подготовка эта должна сводиться не к механическому повторению, «вызубриванию» материала, а к его осознанию и осмыслению. Выступающий должен отлично знать, что, в какой последовательности и, главное, *для чего* он будет представлять на публике (это касается и нотного текста музыкального произведения, и слов выученной роли, и элементов хореографической композиции, и других составляющих выступления).

5. Перевод энергии страха из деструктивного в конструктивное, созидательное русло связан с осознанием и глубоким прочувствованием «сверхзадачи», которую предполагает публичное выступление, при том, что выступающий ставит себя в *служебное положение* по отношению к этой задаче. «*Любите не себя в искусстве, а искусство в себе*», – призывал К.С. Станиславский. И другое известное высказывание: «*Плохой тот солдат, который не думает быть генералом, а еще плоше тот, который слишком думает, что с ним будет*» (А.Ф. Погосский). Обе цитаты говорят о том, что в трудных, стрессовых ситуациях (одной из которых является и публичное выступление) человек должен стремиться меньше думать о себе, а больше о деле, той идее, которой он служит своим выступлением. «Зацикленность» на собственных переживаниях усиливает страх, сосредоточенность на творческой, исполнительской задаче позволяет его преодолеть.

6. При подготовке к публичному выступлению следует практиковать постепенное повышение градуса ответственности. Подготовительные выступления в психологически более комфортных условиях (в присутствии меньшего числа людей, в более скромной по размерам аудитории и т.д.) могут этому помочь. Предварительная запись выступления на видео также моделирует ситуацию публичного выступления и дает возможность последовательно пережить, а затем и осмыслить его этапы. Также следует планировать возможность психологической и практической помощи учащемуся непосредственно в процессе выступления

(например, музыканту-исполнителю в определенной ситуации разрешить играть по нотам, если это облегчает ему задачу; для актера предусмотреть возможность суфлерской поддержки; для танцора – вариант замены в процессе исполнения сложного трюка более простым и т.д.).

В целом следует помнить, что волнение перед публичным выступлением при правильно выстроенной работе может стать мощным стимулом в психологическом, волевом, а в конечном счете – и профессиональном развитии учащегося. Но только при соблюдении двух условий: 1) если учащийся **БУДЕТ ЖЕЛАТЬ** достигнуть успеха в публичных выступлениях; 2) если он **НАУЧИТСЯ РАБОТАТЬ** в условиях стрессовой ситуации.

Учащийся должен понимать, что волнение (и даже страх) в ситуации ответственного выступления психологически естественны, служат свидетельством того, что сам выступающий хочет, чтобы выступление прошло удачно. Так или иначе, волнуются все выступающие; отличаются они лишь отношением к делу, к самим себе и опытом работы в условиях сценического волнения. Совершенно лишен страха или душевно мертвый или патологически самоуверенный человек. Однако сила переживания страха в значительной мере зависит от психотипа: существует определенная заданность характера, обусловленная индивидуальными особенностями психики каждого человека (об этом – ниже).

Подчеркнем: тренинги по преодолению страха перед публичным выступлением служат главной цели – научить работать, сосредотачиваться в условиях волнения – концентрировать внимание и волю, не поддаваясь панике, не теряя самообладание. Научиться обуздывать страх, держа в уме главную исполнительскую задачу, понимая ее значимость для ближних, для любимого дела, – в этом и состоит искусство перенаправления психической энергии в созидательное русло.

Ниже приводятся тренинги, которые могут использовать и педагоги, и родители. Часть из них нацелены на преобразование страха в сострадание *другому, ближнему*, на переключение психики из пассивного состояния переживания страха в активную позицию взятия под защиту того, кто сам нуждается в помощи. Другая часть – на формирование чувства социального доверия. Также приводятся приемы психофизиологической подготовки к публичному выступлению и практические рекомендации с учетом психотипа учащегося.

Тренинги, направленные на переключение с пассивной страдательной позиции на активную сострадательную

Этюд «Гроза»

События происходят на даче или в деревне. Ребенок-кукла ложится спать и только засыпает, как начинается гроза. Гремит гром, сверкают молнии. Ребенок-кукла трясется от ужаса, стучит зубами, плачет. А затем слышит, как кто-то жалобно скулит и скребется в дверь. Это маленький, продрогший и испуганный щенок. Он хочет войти в теплый дом, но дверь никак не поддается. Ребенку жаль

щенка, но при этом страшно открыть дверь на улицу. Какое-то время два чувства борются в его душе, но сострадание, в конце концов, побеждает. Он выпускает щенка, успокаивает его, берет себе в кроватку, и щенок мирно засыпает. При исполнении этого этюда важно подчеркнуть, что ребенок чувствует себя благородным защитником слабого. Желательно найти маленькую игрушечную собачонку, чтобы она была заметно меньше куклы-ребенка.

Игра «В темной норе»

В комнате, где находятся дети, как бы по ошибке выключают на 2-3 минуты свет. Педагог предлагает представить, что они попали в нору к Кроту. К нему в гости спешит Светлячок со своим волшебным фонариком. На роль Светлячка выбирается ребенок, который более подвержен страхам. С помощью своего волшебного фонарика (использовать любой, заранее приготовленный фонарик) он помогает друзьям дойти до освещенного места.

Игра «Слепой и поводырь»

Учащиеся формируют пары, в каждой из которых один – «слепой», другой – «поводырь», который должен провести «слепого» через различные препятствия. Препятствия созданы заранее (шкафы, столы, стулья). У «слепого» завязаны глаза. Задача «поводыря» – провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута участники меняются ролями. Для повышения интереса участников игры можно менять маршрут.

Тренинги, направленные на формирование чувства социального доверия

Игра «Тень»

Звучит фонограмма спокойной музыки. Учащиеся разбиваются на пары. Один ребенок – «путник», другой – его «тень». Последний старается точь-в-точь скопировать движения «путника», который ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается сорвать цветок, подобрать красивый камушек, кивает головой, скачет на одной ножке и т.п.

Тренинг «Неваляшка»

Двое взрослых встают на расстоянии метра лицом друг к другу, выставив руки вперед. Между ними стоит учащийся с закрытыми или завязанными глазами. Ему дается команда: «Ноги от пола не отрывай и смело падай!» Выставленные руки подхватывают падающего и направляют, мягко отбрасывают в противоположном направлении, где ребенка снова подхватывают руки взрослого. Подобные падения из стороны в сторону продолжаются в течение 2–3 минут, при этом амплитуда покачиваний может увеличиваться. Дети с сильными страхами выполняют упражнение с открытыми глазами, амплитуда раскачивания сначала минимальная.

Игра «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем»

Задача этой детской игры – без слов показать какое-либо действие. Если ребят много, можно разделить на две команды. Одна показывает, другая отгадывает. Затем они меняются местами.

Игра «Газета»

На пол кладут развернутую газету, на которую встают несколько детей. Затем газету складывают пополам, все дети должны снова встать на нее. Газету складывают до тех пор, пока кто-то из участников не сможет встать на газету. В процессе игры дети должны понять, что для победы им нужно обняться – тогда расстояние между ними максимально сократится.

Игра будет проходить интереснее, если дети будут действовать по команде. Другими словами, на газету они должны стать после определенного сигнала, а между сигналами они могут свободно двигаться по комнате. После того как дети станут на газету, взрослый должен зафиксировать их расположение, дать детям возможность почувствовать поддержку соседа.

В контексте тренингов этого типа можно объяснить учащимся, что публичное выступление – это не тягостная повинность, не наказание и публичное испытание, а уникальная возможность общения с ближними – праздник совместного сопереживания и сотворчества.

Игра «Нить Ариадны»

Игра учит школьников больше доверять друг другу и быть внимательными. Для игры необходим клубок ниток и как можно больше действующих лиц. Посадите учащихся в один общий круг. Одному из них предлагается взять в руки клубок ниток и начать рассказывать о себе все то, что ему придет на ум. Например, как его зовут, чем больше всего любит заниматься, кого любит, что у него лучше всего получается. Время на рассказ – 1 минута. Когда этот участник расскажет о себе, он зажимает конец нити в руке и бросает клубок тому, кто сидит напротив. Если кто-то не хочет ничего рассказывать, он просто берет нить в руку, а клубок перебрасывает следующему. Так клубок передается от игрока к игроку, и всех ребят опутывает нить Ариадны. Следующий этап – распутать «паутину». Для этого нужно вернуть клубок предыдущему игроку, называя его по имени и пересказывая то, что он о себе рассказал. Игру можно считать законченной, когда клубок вернется к тому, кто ее начал.

Тренинги, направленные на сохранение самообладания в условиях волнения (страха)

Игра «Зайцы и слоники»

В игре, которая называется «Зайцы и слоники», учащиеся сначала представляют себя зайками-трусишками. Когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Дети показывают, как он дрожит. Поджимает уши, весь

сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся. Дети показывают, что делают зайцы, если слышат шаги человека: разбегаются по классу, прячутся. А что делают зайцы, если видят волка?..

А потом педагог (психолог) просит ребят представить себя слонами – большими, сильными, смелыми. Ребята показывают, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, если видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Ребята показывают, что делают слоны, когда видят тигра, в течение нескольких минут изображают бесстрашных слонов.

Игра «Кто как ходит» (упражнение, предложенное психологом В. Леви)

Педагог (психолог) предлагает стеснительному мальчику или девочке походить как:

- малыш, который недавно встал на ножки и делает свои первые шаги,
- глубокий старик,
- пьяный,
- лев,
- горилла,
- уверенный в себе артист на сцене.

Тренинг «Пантомимические сценки»

Ведущий (педагог, психолог) вкратце обрисовывает ситуацию, а учащийся (или несколько учащихся, распределивших между собой роли) изображают ее пантомимой. Ситуации должны быть несложными и эмоционально окрашенными. Например:

– Мальчик катается на коньках. Падает. Хочет заплакать, но сдерживается, вспомнив о том, что мальчику следует быть мужественным, и даже улыбается. Хотя и с трудом.

– Ребенок замечает на тарелке фрукт. Осторожно оглядывается: не видит ли его мама, а то она будет сердиться, ведь мама разрешает ему есть фрукты только после обеда. Он сует кусочек фрукта в рот и кривится – оказывается, на тарелке лежал лимон.

– Драчун замахивается на другого ребенка. Тот сначала пугается, хочет убежать, но потом собирается с духом и дает ему сдачи. Драчун плачет.

– Ребенок выходит во двор и видит играющих детей. Сначала он не решается подойти к ним, но потом все-таки подходит и знакомится (без слов, только жестами).

– Девочка гуляет по лесу, собирает грибы, разглядывает деревья, восхищается красивыми цветами. Потом чуть не наступает в муравейник. Стряхивает ползающих по ноге муравьев. Ой! Несколько муравьев укусили ее. Больно! (Можно предложить учащемуся продолжить эту историю).

Тренинг «Храбрый герой»

Помогает в преодолении волнения, тревожности игра в Храброго героя (можно воспользоваться образом полюбившегося учащемуся персонажа из фильма, мультфильма, компьютерной игры) и Испуганного ребенка. Ученик говорит о своих страхах и опасениях – как Испуганный ребенок. Затем пересаживается на другой стул и отвечает сам себе как Храбрый герой. Следует обратное «перевоплощение» – возражения или новые жалобы Испуганного ребенка. Как правило, ученик приводит весьма убедительную аргументацию и способен убедить самого себя в бессмысленности и вреде страха. Этот диалог должен непременно завершиться словами Храброго героя. Можно спросить – какой он, Герой? Допустим, ответ – «смелый, решительный, сильный». Педагог просит учащегося повторить: «я смелый, решительный, сильный». Несколько раз повторяются позитивные утверждения. Можно дополнительно настроить учащегося: «В тебе живет Храбрый герой, только пока он не всегда себя проявляет».

Тренинг «Непредвиденная ситуация»

В условиях репетиционной подготовки к публичному выступлению педагог (психолог, родитель) намеренно создает случайные помехи (роняет что-нибудь, включает радио, начинает разговаривать и т.п.). При этом учащийся должен сохранять самообладание, научиться удерживать внимание и не отвлекаться в непредвиденных обстоятельствах.

Рекомендации, касающиеся психофизиологической подготовки к публичному выступлению

1. Перед выходом на сцену не следует принимать калорийную пищу и сильно наедаться. Незадолго до выступления можно съесть кусочек шоколада или выпить сладкого чая для поднятия настроения и эмоционального тонуса.

2. Популярным способом, помогающим побороть напряженность, является использование аффирмаций с подбадривающим содержанием. Нужно выбирать утвердительные фразы, например: «Сегодня я прекрасно выступлю», «Какие прекрасные слушатели, зрители собрались в зале», «Я сумею заинтересовать их тем, что нравится мне самому» и т.п.

3. Чтобы ученик почувствовал себя более свободно, можно посоветовать ему представить себя в комфортной, любимой обстановке, подумать о чем-то хорошем, отвлечься на приятные внутренние или внешние впечатления, воспоминания.

4. Перед выходом к публике можно сделать три глубоких вдоха с долгими выдохами после небольшой задержки дыхания. Это упражнение нормализует пульс и помогает собраться.

5. Не стоит принимать успокоительные средства: это вызывает вялость и заторможенность.

6. Выйдя к публике нужно постараться получать максимальное удовольствие от царящей вокруг атмосферы.

7. При этом не следует и слишком большое внимание уделять публике, вглядываться в нее; лучше – максимально сосредоточиться на исполнительской задаче, на выразительности и красоте выступления.

СОЦИОНИЧЕСКИЙ ТЕСТ
А. Аугустинавичюте
в модификации А.В. Каменца
(для определения психотипа детей дошкольного,
младшего школьного и среднего школьного возраста)

Из каждой пары описаний необходимо выбрать позицию, соответствующую поведению ребенка, отметив соответствующую цифру.

Ребенок привык работать равномерно: если надо, способен преодолевать усталость, плохое настроение, мешающее работе	Ребенок предпочитает работать неравномерно; его работоспособность существенно зависит от физического самочувствия, настроения
1	2
Ребенок чаще управляет своими чувствами, эмоциональным состоянием	Ребенок плохо управляет своими чувствами, эмоциями, даже если он держит их «в себе»
3	4
Ребенок не любит фантазировать, мечтать, придумывать, задумываться над прошлым, будущим; он больше погружен в мир конкретных дел и занятий	Ребенок любит фантазировать, придумывать несуществующее, мечтать, сочинять, вспоминать, придумывать «другую» жизнь, заменяющую ему реальность
5	6
Ребенок избирателен в общении, не торопится знакомиться с новыми людьми, предпочитает иметь немного друзей	Ребенок любит иметь широкий круг общения, расширять свой круг знакомых, заводить новых друзей
7	8

РАСШИФРОВКА ТЕСТА

(в скобках дополнительно указаны названия тех же социотипов,
но применительно ко взрослым)

<i>Код</i>	<i>Наименование социотипа</i>	<i>Обозначения</i>
1357	«Лидер-педант» (Механик)	□ ●
1358	«Организатор-помощник» (Администратор)	■ ○
1367	«Мыслитель-исследователь» (Аналитик)	□ ▲
1368	«Авантюрист-комбинатор» (Предприниматель)	■ △
2357	«Творец красоты» (Дизайнер)	○ ■
2358	«Систематик-лидер» (Легионер)	● □
2367	«Трезвый скептик» (Скептик)	△ ■
2368	«Мыслитель-фантазер» (Искатель)	▲ □
1457	«Лидер-правдолюб» (Хранитель)	⌒ ●
1458	«Веселый игрок» (Игрок)	⌒ ○
1467	«Правдолюб-гуманист» (Психолог)	⌒ ▲
1468	«Демонстратор-импровизатор» (Артист)	⌒ △
2457	«Нежный ленивец» (Сибарит)	○ ⌒
2458	«Лидер-манипулятор» (Полководец)	● ⌒
2467	«Фантазер-мечтатель» (Мечтатель)	△ ⌒
2468	«Милосердный эстет» (Посредник)	▲ ⌒

Возможности преодоления страхов перед публичными выступлениями у детей с учетом их психологического типа

Тип *Мыслитель-фантазер* или *Искатель* (▲ □)

У школьников этого типа развита эмоциональная восприимчивость. Они хорошо чувствуют красоту окружающего мира, их привлекает все новое, необычное. В реальном поведении склонен творчески развивать полученную информацию, знания. Склонен к самостоятельности мышления. Не всегда ориентируется в оценках «что хорошо и что плохо». Старается оценивать сверстников, взрослых, исходя из собственных представлений. Нуждается в систематической заботе, психологическом комфорте, особенно во внеучебных ситуациях.

Для публичных выступлений желательно работать с этим ребенком индивидуально, стараясь обеспечить максимальный психологический комфорт. Избегать излишней мотивацией к выступлению, основанной на давлении на него обязанностями перед коллективом, необходимостью «не подвести товарищей». Предпочтительней ставить все новые, необычные творческие задачи, позволяя ему проявлять собственную фантазию и инициативу.

Тип *Систематик-лидер* или *Легионер* (● □)

Любит самоутверждаться, отличается волевыми импульсами. При этом, как правило, без проблем способен решать логические задачи, систематизировать, классифицировать и т.д. Трудно управляем, не всегда считается с правилами и нормами групповой деятельности. Проявляет особый интерес к миру фантазии, игровой деятельности. Именно на этой основе наиболее предпочтительно включение его в коллективную деятельность. Эгоцентричен.

При подготовке к публичному выступлению давать возможность периодически лидировать в коллективе. Мотивировать преимущественно как способного выглядеть достойно перед большой (массовой) аудиторией. Давать как можно больше творческих новых заданий при подготовке к выступлению.

Тип *Нежный ленивец* или *Сибарит* (○ ◓)

Очень любит комфорт, уют, бережное к себе отношение. Чувствителен к конфликтам, очень их не любит. Ласков, охотно проявляет свою эмоциональную привязанность к близким. Обладает повышенной утомляемостью. Остро чувствует настроение близких. Несколько разбросан, с ленцой. Живет сиюминутными удовольствиями. Окружающим может казаться несколько замкнутым, «открывается» только в кругу близких. Не злобив. Беспечен. Хорошо реагирует на эмоционально импульсивных людей.

Желательно избегать больших физических и психологических напряжений при подготовке к публичному выступлению. Создавать во время подготовки к выступлению атмосферу эмоциональной теплоты, праздничности, но не тревожности и силового давления со стороны педагога.

Тип Мыслитель-исследователь или Аналитик (□ ▲)

Любознателен, пытлив. Любит самостоятельный анализ, собственные классификации. Придерживается рациональных и целесообразных форм поведения. Постоянно размышляет. Любит новые задачи. Замкнут. Не любит явно лидировать. Склонен к уединению. Тяготеет к камерному общению. Эмоционально ровен. Сдержан в проявлении эмоций.

При подготовке к выступлению желательно продолжительное время репетировать выступление в небольшой аудитории, проявлять терпение и внимательность к ребенку. Объяснять ему безосновательность страхов перед публичным выступлением, опираясь на логику. Действовать преимущественно методом убеждения, но не силового давления.

Тип Лидер-педант или Механик (□ ●)

Любит порядок, чистоту, систематичность. Легко воспринимает строгий распорядок дня. Предпочитает возиться с предметами, требующими ручных навыков (собирать, разбирать на части, конструировать и т.д.). Любит, чтобы с ним считались. Любит подчиняться более авторитетному, сильному или самому властвовать. Рационален. Довольно замкнут. Практичен. Подвержен всплескам спонтанного гнева, если наталкивается на сопротивление своим устремлениям. Дорожит вниманием к нему со стороны близких.

При подготовке к публичным выступлениям желательна тщательная работа над обсуждением и осмыслением содержания и техники исполнения, при минимуме импровизации. Желательно иметь как можно больше заготовок, моделей исполнительской деятельности, которые могут быть использованы ребенком произвольно во время выступления.

Тип Творец красоты или Дизайнер (○ ■)

Ценит красивый интерьер, доброжелательную теплую атмосферу. Остро ощущает красоту предметного мира: вещей, одежды, внешности. Развиты ручные навыки. Хорошо осваивает художественно-изобразительную деятельность. Рационален. Замкнут. Часто бесстрашен. Тяготеет к преодолению трудностей. Бывает упрям. Независим. Чуток. Но проявляет свою чуткость внешне сдержанно. Хорошо реагирует на эмоциональных людей.

При подготовке к выступлению не требовать от него бурного проявления эмоций. Давать максимум самостоятельности в работе. При этом сам педагог должен максимально «подогревать» ребенка собственными эмоциями,

увлеченностью. Давать возможность продемонстрировать собственные волевые качества и самообладание в ходе репетиций, максимально приближенных к условиям реального выступления.

Тип *Веселый игрок* или *Игрок* (■ ○)

Живет в мире любви к близким. Любит празднично-игровые ситуации, реагирует на настроение близких. Любит и сам создавать хорошее настроение. Улыбчив. Стремится изобретать игры и участвовать в них. Общителен. Эмоционально устойчив. Хорошо чувствует себя в неформальной среде. Неплохо усваивает новую информацию, но не всегда самостоятелен в суждениях, обобщениях. В фантазиях. Его стихия – любовь и дружба. Хорошо управляет людьми, обладающими логикой, способностью анализировать.

При подготовке к выступлению стараться четко формулировать поставленные задачи, которые должны быть постоянны, предполагают заучивание стабильных приемов и навыков выступления при минимуме импровизаций. Больше разъяснять смысл тех или иных задач и требований, сохраняя доброжелательную атмосферу. Активно использовать юмор, положительные эмоции.

Тип *Фантазер-мечтатель* или *Мечтатель* (△ ■)

Живет в мире фантазии. Проявляет интерес к новым сюжетам, историям. Чуток к слову, особенно к художественному. Склонен к собственному сочинительству, артистичен. Часто уходит в себя. Хорошо воспринимает волевое давление, если оно не ущемляет его достоинства. Тяжело дается логика. Склонен к меланхолии, внушаем, часто рассеян.

При подготовке к выступлению педагог должен чаще осуществлять авторитарные методы воздействия, помогая этому ребенку собраться, мобилизоваться. Желательно при этом давать возможность проявлять артистизм, собственную творческую фантазию. По возможности привлекать ребенка к сочинению текстов для выступлений, литературному творчеству.

Тип *Демонстратор-импровизатор* или *Артист* (■ △)

Обидчив и раним. Нуждается в постоянном подхваливании, подтверждении внимания к себе и любви со стороны ближних. Достаточно эгоцентричен. С трудом управляет своими эмоциями. Любит их демонстрировать «на людях». Склонен к публичному актерству, демонстрации своих способностей. Хорошо усваивает новую информацию, если она систематизирована и логична. Склонен к игровой импровизации. Любит солировать, общителен.

При работе с этим ребенком желательно как можно чаще хвалить, избегать резкостей в оценке его работы. Давать возможность как можно чаще демонстрировать окружающим себя. При этом помогать до конца осмыслить свое выступление, привести его к законченному, целостному виду.

Тип *Трезвый скептик* или *Скептик* (△ ■)

Обладает развитым воображением, но часто с негативным оттенком. Склонен к скептицизму. Любит планировать. Уверенней чувствует себя при взаимодействии с реальными физическими объектами. Эмоционально сдержан. Тяготеет к трезвому восприятию мира. Может проявлять интерес к коллекционированию. Охотно подчиняется сильному лидеру, если он для него авторитетен. Развита интуиция и логика.

Хорошо воспринимает силовое давление от педагога, если оно не является просто эмоциональной вспышкой. Как правило, хорошо осваивает пантомимические и мимические элементы выступления. Желательно включать ребенка в активное предварительное планирование выступления, поиск элементов выразительности, экспрессии, образа.

Тип *Лидер-манипулятор* или *Полководец* (● ▤)

Является наименее управляемым психологическим типом. Любит везде, где возможно, быть первым, обращать на себя внимание. Не всегда может контролировать собственную активность. Из-за этого может создавать в коллективе ситуацию психологической напряженности. Любит манипулировать взаимоотношениями в коллективе, в ближайшем окружении, устанавливать свои правила поведения. Тяжело дается логика. Действует по ситуации, плохо предсказуем. Хорошо воспринимает ситуации, где необходимо проявить фантазию, настырное поведение. Самолюбив и общителен. Эгоцентричен.

В ходе подготовки к выступлению стараться не давить инициативу ребенка, направляя ее в нужное русло. Желательна практика выступлений, где необходима большая двигательная активность. Мотивировать преимущественно через самолюбие, ожидание от него качественного исполнения, которое будет хорошо воспринято аудиторией. Давать как можно больше возможностей выступать публично.

Тип *Лидер-правдолюб* или *Хранитель* (▤ ●)

Хорошо подмечает несправедливость, ложь, недостатки во взаимоотношениях между взрослыми и сверстниками. По этой причине бывает категоричным и жестким. Любит оставлять за собой последнее слово. Ответственно относится к общественным поручениям, боится подвести коллектив. Замкнут. Свои способности часто недооценивает. Очень волнуется, когда надо выполнять контрольную работу, задание педагога. Охотно покровительствует более слабым, незащищенным сверстникам. Не всегда эмоционально адекватен. Больше ориентируется на свое настроение, чем на настроение окружающих.

При подготовке к выступлению стараться помочь ребенку преодолеть излишнее волнение, не перегружать его чувством повышенной ответственности, которой у него и так, как правило, бывает много. Иначе этот ребенок может

переволноваться и «перегореть» перед выступлением. Резко не критиковать в случае неудач, внушая веру в то, что все получится.

Тип *Авантюрист-комбинатор* или *Предприниматель* (■ △)

Хорошо ориентируется в мире реальных предметов. Неохотно расстается с любимыми вещами. Склонен к накопительству. Рано начинает проявлять интерес к личной выгоде. Склонен для этого идти на различные ухищрения, комбинировать. Любит непредсказуемые ситуации, неожиданные приключения, которые стремится обратить в свою пользу. Не всегда учитывает настроение окружающих. Не очень склонен к порядку, к благоустройству, красоте быта. Нуждается в целенаправленном воспитывающем воздействии. Общителен. Хорошо реагирует на призывы к совести, справедливости, честности.

При подготовке к выступлению важно, чтобы этот ребенок продумывал его смысл, значимость для окружающих. Формировать у него установку на то, что он играет важную роль в коллективе, его выступление ждут с нетерпением. Давать возможность при этом проявлять собственную творческую фантазию.

Тип *Милосердный эстет* или *Посредник* (▲ ▤)

Обладает большой эмоциональной восприимчивостью. Чуток к красоте природы, искусству, эстетике. Достаточно разбросан. Легко воодушевляется, но с трудом завершает начатые дела. Остро чувствует боль и страдание других. Стараются смягчить эти страдания юмором, подарками, врожденным артистизмом. «Актер» в домашних, камерных условиях. В присутствии большого количества людей может растеряться. Тяжело дается логика, больше развита интуиция. Часто в коллективе становится неформальным лидером. Общителен. Остро реагирует на любовь, заботу, психологический комфорт, красивый интерьер. Развито чувство справедливости и сочувствие.

При подготовке к выступлению акцент делать на неформальных, доверительных взаимоотношениях педагога и учащегося. Приучать к выступлению сначала в неформальной камерной обстановке. Сама атмосфера подготовки к выступлению должна предполагать психологический комфорт, доброжелательность.

Тип *Организатор-помощник* или *Администратор* (■ ○)

Наблюдателен, особенно в мире реальных предметов, вещей. Привыкает к одним и тем же вещам, может долго ими пользоваться, начиная от одежды, кончая игрушками. Любит организованность, порядок, благоустройство, чистоту, мир среди окружающих. Развито чувство справедливости, чуткость. Стараются быть ответственным в исполнении поручений. Развито чувство долга. Хорошо реагирует на моральные воздействия. Общителен. Любит покровительствовать более слабым. Не любит непредсказуемых ситуаций, не склонен к импровизационному поведению.

Избегать импровизаций при подготовке к выступлению. Тщательно репетировать необходимые приемы и навыки, доводя их до совершенства. Не перегружать новыми задачами. Формировать чувство ответственности за качество подготовки к выступлению и развитие соответствующих способностей и навыков.

Тип *Правдолюб-гуманист* или *Психолог* (☐ ▲)

Остро чувствует несправедливость, чужие страдания, проблемы. Пытается утешить словом, эмоциональной реакцией. Деликатен. Обходит острые углы, чтобы никого не обидеть. Не умеет «поставить себя», быть явным лидером. Раним. Часто развит комплекс неполноценности из-за повышенной строгости к себе. Достаточно работоспособен. Не практичен, но охотно пользуется даваемыми ему материальными благами. Достаточно замкнут. Сдержан в публичном проявлении своих чувств, эмоций. Охотно играет роль утешителя.

Не торопиться побуждать его к выступлениям перед большой аудиторией, особенно индивидуально. Избегать авторитарности, больше действовать убеждением и доверительным отношением. Формировать уверенность в себе. Критиковать деликатно, ввиду особой ранимости и чувствительности этого ребенка.