

Мечты сбываются: веселый тренинг для всей семьи



Новый год позади, впереди – долгие зимние каникулы. Чем удивить и занять себя, детей и гостей, если обычные развлечения уже исчерпаны, а расхотеться еще не хочется? Давайте проведем с пользой пару часов и помечтаем так, чтобы у желаний не было никакой возможности не сбыться.

Один из вариантов такого прицельного, направленного мечтания – изготовление коллажа. В нем используются картинки, вырезанные из журналов. Выбирать картинки и клеить их на ватман проще, чем рисовать свои мечты самостоятельно.

Вам понадобится: много ненужных журналов, ватманы, клей бумажный – а лучше клеящие карандаши.

Нехитрая технология

Берется куча журналов, в них выбираются самые яркие картинки и образы людей, предметов, явлений природы, какие-то яркие цветные кусочки. Можно просто вырвать странички и сложить их в кучу с тем, чтобы изготовители коллажа уже смотрели сами: надо им вырезать картинку по контуру, или можно приклеивать так. Картинки переносятся на ватман (или на половинку ватмана) в соответствии с тем сюжетом, который создается.



Вариант «Семейный»

В компании, где собрались несколько семей, каждая из них может придумать свой коллаж на тему: «Что хорошего мы планируем сделать в новом году». Или: «Как жизнь нашей семьи будет выглядеть через 5 лет». Или: «Что такого прекрасного может случиться с нами в следующем году (через пять, через десять лет)».

Допустим, если в компании три семьи, получается три команды. Кто-то один берет на себя роль ведущего (что не мешает ему быть членом своей команды) и объясняет правила игры: «Давайте сейчас все устроимся поудобнее, успокоимся, помолчим несколько секунд. А теперь, пусть каждый из нас представит себе, что все в жизни идет так, как ему хочется, что все получается и удается. Что все планы выполняются, а задуманное

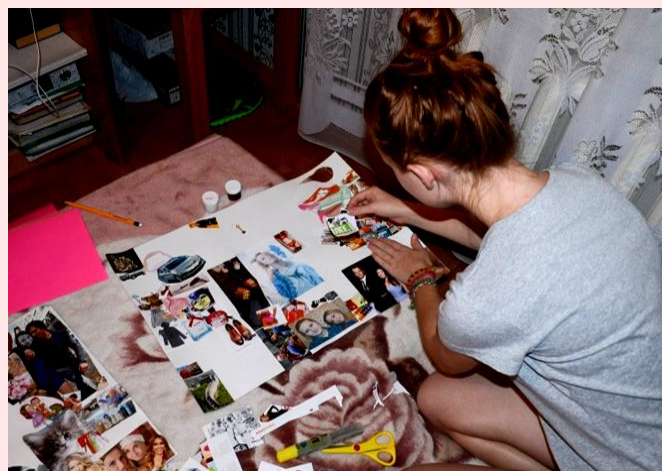
сбывается. Подумайте об этом немного. А потом пусть каждая команда сделает коллаж про свои мечты».

В этом коллаже найдут место мечты каждого члена команды. Постарайтесь, чтобы ваше творение было единым произведением. Обдумывая коллаж, соблюдаем правило: «не критикуем предложения друг друга и не оцениваем».

Легче всего в это занятие включаются дети и женщины. Бузят обычно подростки, а мужчины скептически хмыкают и отпускают замечания. Не будем с ними спорить, а постараемся ненавязчиво включить в работу, попросить помощи: пусть подростки находят самые смешные картинки для изображения желаний семьи.

В конце можно попросить их сфотографировать то, что получилось. Ну, а мужчин занимаем организацией вернисажа коллажей в конце, если ни на что другое они не согласны.

Обычно на изготовление такого коллажа уходит от получаса до часа. Разница во времени зависит от настроения присутствующих: чем больше шуток и куража, тем дольше и интереснее работа, тем забавнее и полноценнее выходит сам коллаж. Каждая команда (семья) может дать название своей картинке. Поиск названия чаще всего тоже сопровождается смехом и шутками.



Вариант «Детский»

Все тоже самое можно предложить делать только детям, особенно, если в компании много ребятшек 8-10 лет, которые с удовольствием будут направлять малышей и командовать ими. Подумайте, будет ли детям интересно делать общий коллаж, где найдут отражения мечты всей компании.



Возможно, будет лучше и интереснее, если каждый ребенок сделает свой вариант. В последнем случае в конце можно устроить выставку произведений. Кстати сказать, можно и взрослым предложить делать индивидуальные коллажи, и тоже устроить выставку. Будьте готовы к тому, что, если вы занимаете этой работой только детей, совсем в стороне от их занятия у вас остаться не получится: надо будет иногда помогать, консультировать и разрешать мелкие споры.

Важно! Помните: каждый коллаж – уникальное произведение, не критикуйте чужие картинки. Еще важно понимать, что авторы (или автор) работы не обязаны рассказывать о том, что на нем изображено. Ведь речь идет о мечтах и желаниях, а это материя тонкая! Рассказывайте о том, что изображено, только по

желанию. Соблюдаем это правило, когда речь идет и о детских творениях.

Что дает это занятие?

Во-первых, изготовление коллажа – один из легких способов почувствовать себя творцом и получить от этого удовольствие. Во-вторых, в этом занятии есть большой элемент игры.

Замечено, что даже скептически настроенные взрослые через несколько минут погружаются в это несерьезное, даже глуповатое, казалось бы, дело с большим удовольствием. Приятно на короткое время впасть в детство. В качестве бонуса взрослый получает расслабление и отдых за короткий срок.

В-третьих, это хороший способ прикинуть, что из твоих мечтаний может стать реальностью. Практика показывает, что многих людей такой коллаж заставляет начать обдумывать способ, которым они могут достичь своих желаний, двинуться к своей мечте.

В-четвертых. Если коллаж делает группа (в нашем случае – семья), то улучшаются отношения, возникает новый опыт работы в команде, что для любой семьи важно и полезно. А еще появляется возможность лучше узнать, о чем мечтают твои родные. Иногда в такой вот игровой атмосфере оказывается легче рассказать близким о своих желаниях.

В-пятых. В семейной работе дети получают бесценный опыт творчества вместе с родителями. Для детей, особенно для маленьких, изготовление коллажа – еще и совершенствование своих навыков в работе с бумагой, ножницами, клеем. Такая работа хороша и для развития творческого и пространственного воображения.

И самое главное: эта техника реально помогает сделать мечты реальностью.

