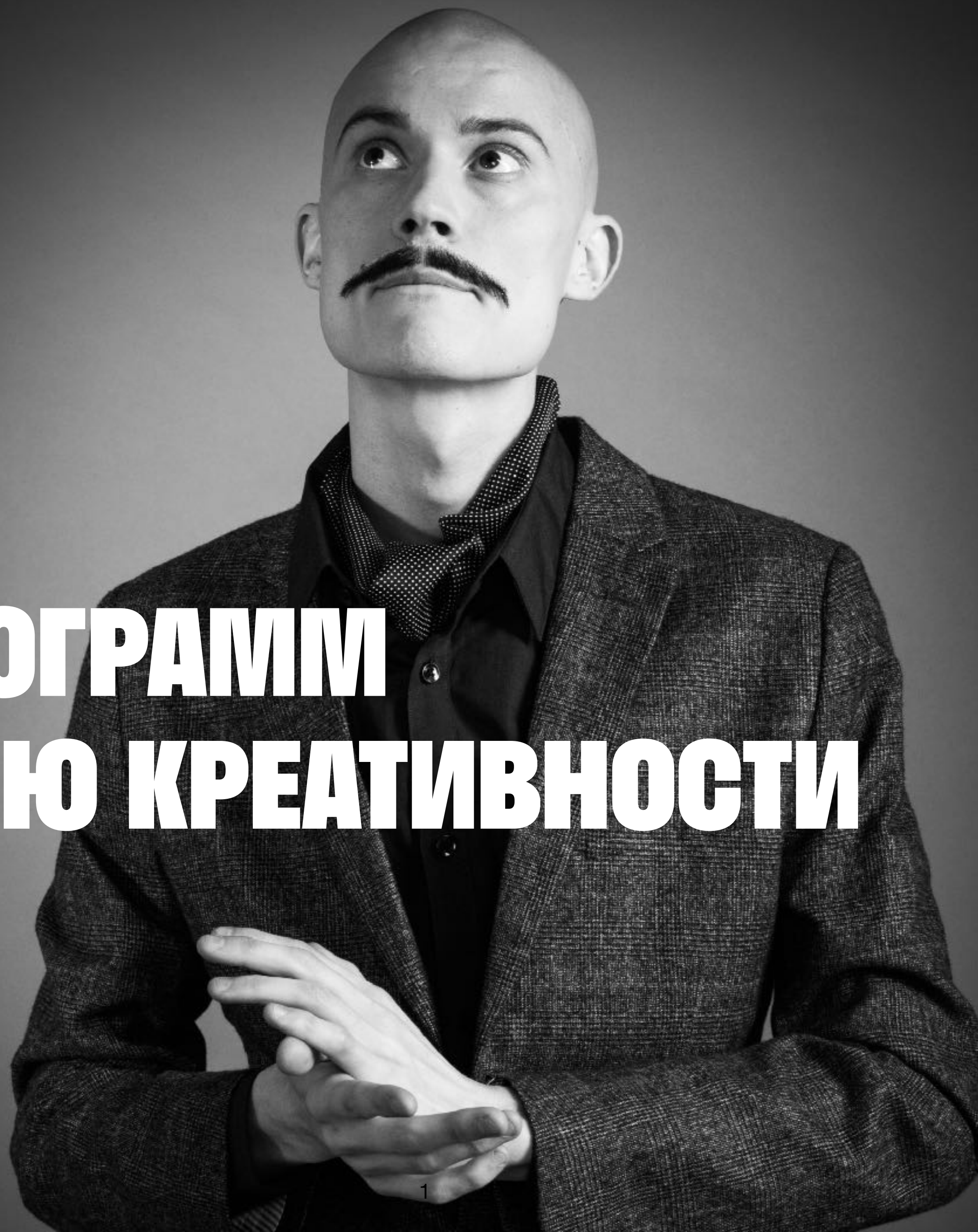


**TRAINING ×
DEVELOPMENT
GROUP**

КАТАЛОГ ПРОГРАММ ПО РАЗВИТИЮ КРЕАТИВНОСТИ



ОТКУДА ПРИХОДЯТ ИДЕИ?



3 ИСТОЧНИКА ИДЕЙ



Наш подход к развитию креативности заключается в том, что мы даём попробовать участникам максимальное количество методов и инструментов и выбрать тот источник идей, который им ближе, удобней и комфортней.

Все три источника идей развиваются разными методами и инструментами, которые можно комбинировать, а можно использовать фокусно для развития одного из подходов.

Мы собрали в общий каталог все наши программы с маркировкой, какие из них на какой подход работают в большей степени.



Личный опыт



Мозги команды



Внешний мир

Для развития креативности существует множество методологий, инструментов и форматов. Ниже приведён краткий справочник разработанных и протестированных программ, каждая из которых помогает развить тот или иной источник генерации идей.

Каждая из программ вариативна по наполнению и длительности, в зависимости от задач и возможностей участников.

Программа	Личный опыт	Мозги команды	Внешний мир
Развитие когерентности с использованием датчиков HeartMath	да		
Steps to the future		да	да
Creative machine	да	да	да
Тренинг Креативное мышление	да	да	да
LEGO® Serious Play®	да	да	
Онлайн-марафон Creative Gym	да	да	да

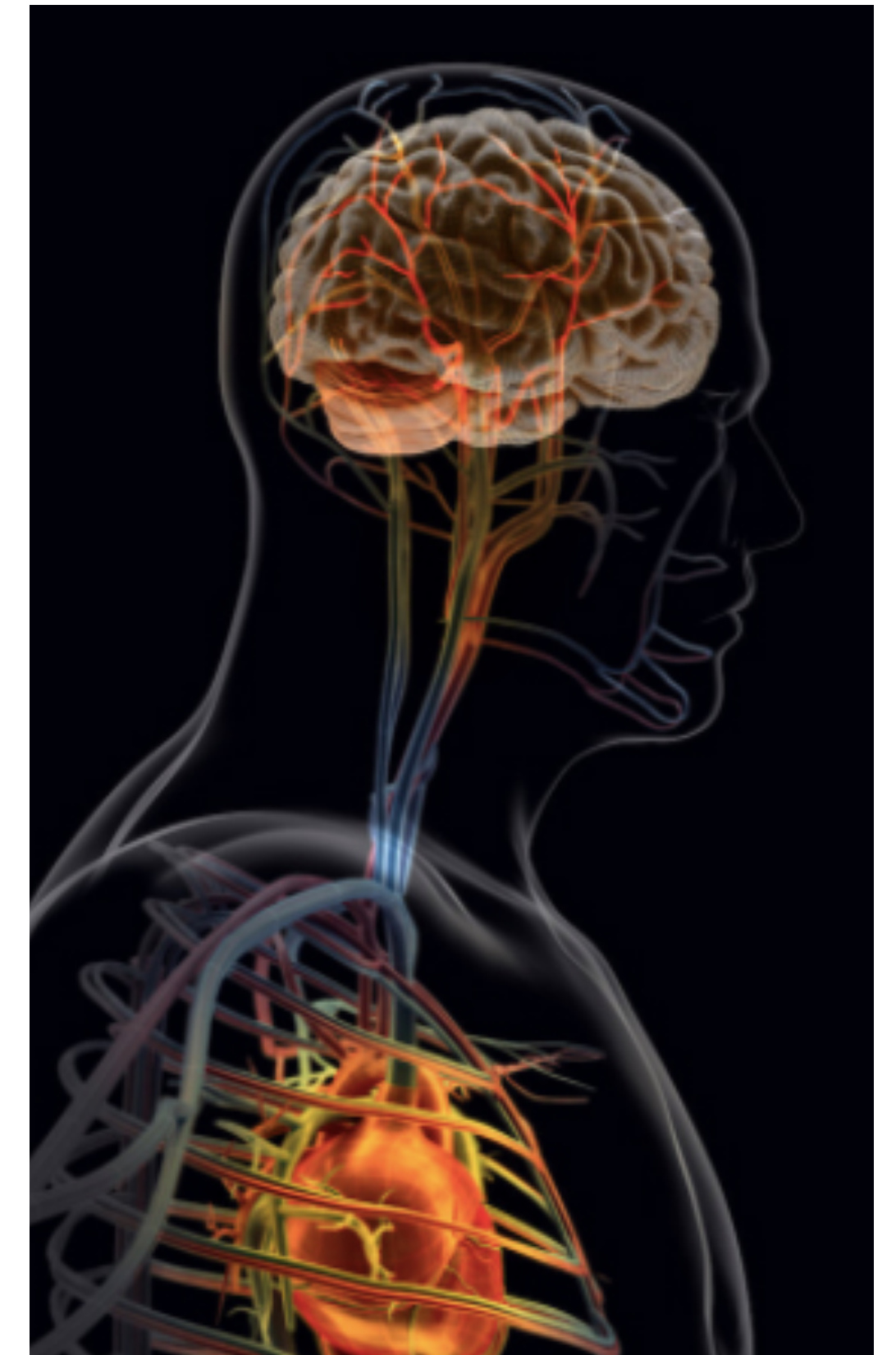
РАЗВИТИЕ КОГЕРЕНТНОСТИ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДАТЧИКОВ
HEARTHMATH

Когерентность — в физике скоррелированность (согласованность) нескольких колебательных или волновых процессов во времени, проявляющаяся при их сложении.

Состояние когерентности— согласованность эмоциональной и интеллектуальной составляющей, которая происходит за счет гармоничной связи между ритмами сердца и мозга.

Исследования в области нейрокардиологии показали, что между сердцем и мозгом существует около 40 000 специализированных нейронов, или сенсорных нейритов, которые образуют коммуникационную сеть внутри сердца.

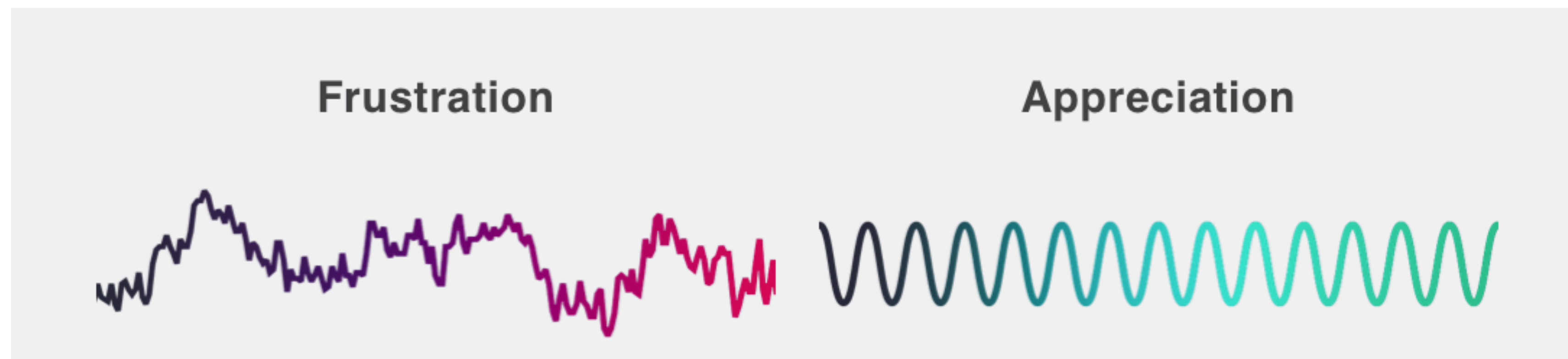
Это своего рода «мозг сердца», который представляет собой сложную сеть нервов, нейротрансмиттеров, белков и поддерживающих клеток, сходных с теми, которые содержатся в самом мозге.



Когда мы живем и работаем в состоянии внутренней согласованности, мы продуктивны, и деятельность приносит нам удовольствие. Наше сердце и наш мозг работают как единая синергетическая система. Наша креативность и творческий потенциал повышаются, нам становится доступно намного больше энергии, чем обычно.

Оказалось, что когерентность между мозгом и сердцем — необходимое условие для состояния придумывания. Мы не придумываем что-то необычное каждый раз, когда попадаем в это состояние. Но способны к этому, обладаем потенциалом креативности только в состоянии когерентности.

Стресс, критическое окружение, неумение управлять своим состоянием, отсутствие осознанного регулирования своих эмоций — все это разрушает баланс и когерентность, тем самым понижая наш креативный потенциал.



Результаты для участников:

- Узнали, что такое когерентность, как она влияет на креативность и ментальное здоровье
- Научились входить в состояние когерентности и удерживать его
- Поняли, как состояние когерентности влияет на генерацию идей
- Получили индивидуальный и командный отчет по когерентности
- Создали копилку инструментов управления креативным потенциалом команды

Продолжительность: очный формат — 1,5 дня

Количество участников: группа до 12 чел.

Команда T×DG: основной ведущий, наблюдатели

АППАРАТЫ ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ КОГЕРЕНТНОСТИ



Мы можем предоставить датчики для группы в 16 чел.

Участники используют датчики только во время программы.

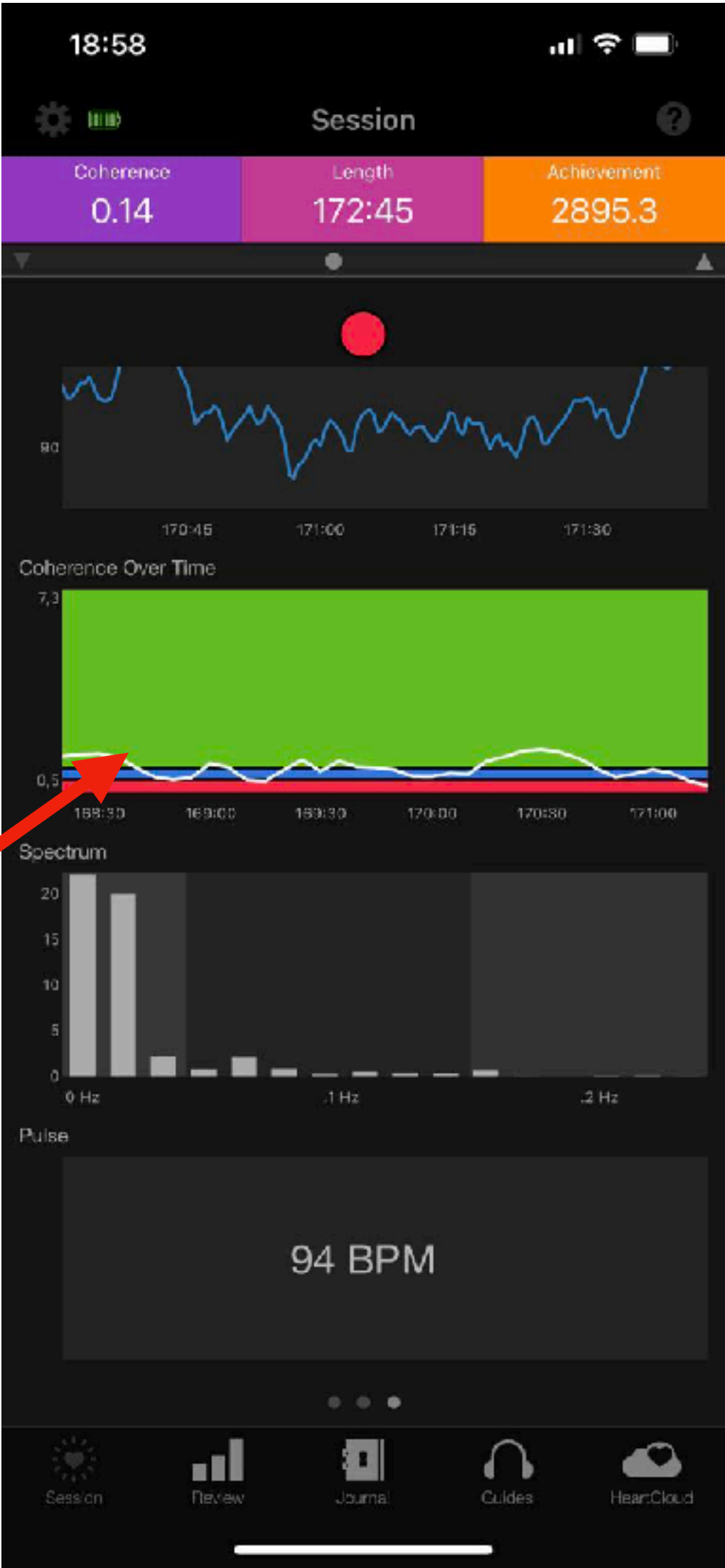
Команда наблюдателей анализирует оцифрованные данные и совмещает их с событиями сессии.

Вторая часть программы базируется на анализе результатов наблюдения, паттернов команды: что именно повышало уровень когерентности, что понижало её уровень, какие инструменты и методы провоцировали резкий рост когерентности в команде.

Сделали
комплимент



Включили
кондиционер



Когерентность — важнейшая составляющая эмоциональной компетентности, креативности, ментального здоровья. Этот аспект нужно осознавать, отслеживать, повышать его уровень и осознанно входить в него.

1. Интенсивность

За короткий срок участники максимально широко погружаются в тему и быстро ориентируются в том, что именно нужно прокачивать, в динамичном формате без «воды».

2. Работа в малых группах с наблюдателями

Каждый участник получает обратную связь от наблюдателя и набор рекомендаций для дальнейшего развития навыка осознанного входа в состояние когерентности.

3. Применимость

Внедрение в работу и жизнь. Каждый участник получит набор техник, которые помогают управлять состоянием когерентности. На основе полученных знаний и практики участники узнают, как погружаться в состояние когерентности не ситуативно и спонтанно, а осознанно, смогут регулировать свое состояние и состояние других людей в работе и жизни.

4. Доказанная эффективность

Данная программа опирается на научный подход. Участники смогут получить объективную картину, как те или иные методы влияют на их индивидуальное состояние.

МОДУЛЬ

СОДЕРЖАНИЕ

Когерентность

Понятие когерентность: определение и научное обоснование
Области влияния когерентности: ментальное здоровье, креативность
Знакомство с аппаратом НМ. Подключение участников

Когерентность и креативность

Как когерентность связана с поиском решения?
Состояние игры/потока: что это?
Упражнения для раскачки мозга
Групповая генерация идей

Когерентность и ментальное
здоровье

Ментальное здоровье: что это?
Что показатели когерентности говорят о нашем ментальном здоровье
Способы вхождения в ресурсное состояние:
— Переключение (образное и физическое)
— Включение в работу другого участка мозга
— Изменение химического состава крови
— Высвобождение отрицательной энергии

МОДУЛЬ

СОДЕРЖАНИЕ

Рефлексия

Индивидуальные выводы
— На что обратил внимание?
— Что снижает/повышает личную когерентность?
— Какие практики эффективны для тебя?
Групповые выводы
— Что влияет на групповую когерентность
— Что снижает/повышает групповую когерентность?

Обратная связь от
наблюдателей

Наблюдатели делятся своими выводами по данным с НМ-аппарата и чек-листов

Копилка инструментов
когерентности

Сбор копилки инструментов для управления когерентностью
— Для ментального здоровья
— В креативности



STEPS TO THE FUTURE

ИГРА ПРО ТРЕНДСПОТТИНГ

Steps to the future — это образовательно-исследовательская игра, в основе которой лежит обучение анализу и прогнозированию пользовательских трендов.

Кроме того, игра направлена на поиск идей для решения реальной рабочей задачи участников.

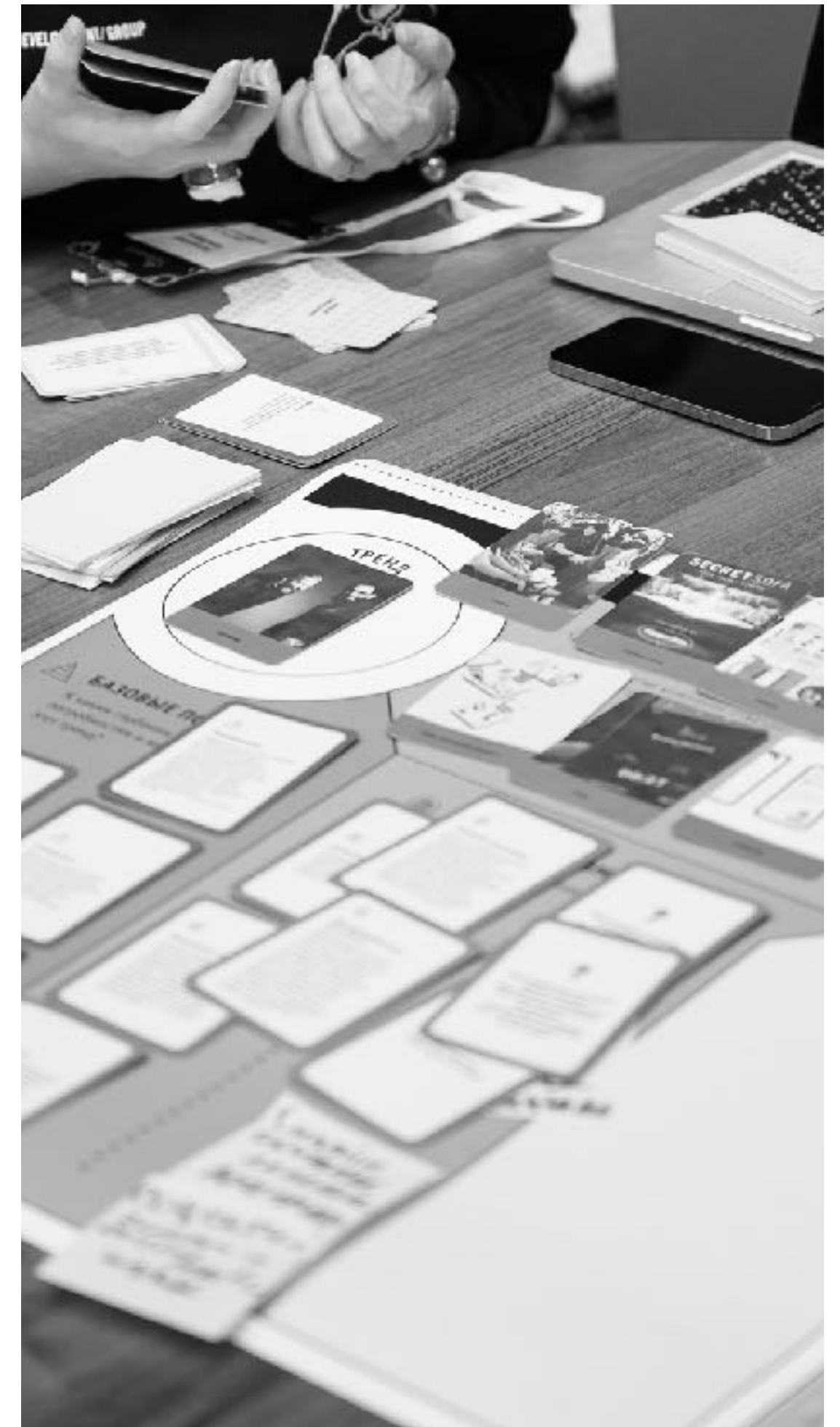
Для команд:

- Которым нужно адаптировать текущие продукты и сервисы под новые запросы аудитории,
- Которые должны уметь отслеживать, анализировать и прогнозировать влияния трендов на продукты компании.

Формат: очный и онлайн

Продолжительность: от 2 часов до 3 часов (в зависимости от задачи)

Количество участников: до 23 чел.



ХОД РАБОТЫ

Участники последовательно, шаг за шагом, проходят всё игровое поле, начиная от фокусной аудитории и заканчивая идеями инноваций.

На каждом шаге модератор помогает участникам с формулировками и подталкивает ход размышления группы, помогая развивать идеи друг друга.

Движение по игровому полю происходит от «Анализа» к «Внедрению» тренда.

Это позволяет участникам не просто подхватывать идеи из внешнего мира, а выявлять новые тренды, прогнозировать их устойчивость и развитие.

КЕЙСЫ

К каждой игре мы подбираем наиболее актуальные кейсы реакции компаний на новые ожидания пользователей.

Участники получают набор кейсов из разных индустрий, учатся выявлять паттерны в них и объединять эти проявления тренда в крупные кластеры-тренды.



РЕЗУЛЬТАТЫ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ:

- Понимают, как новые пользовательские ожидания влияют на их продукты и сервисы
- Умеют анализировать тренды и оценивать их долговечность
- Умеют варьировать свои решения в зависимости от аудитории, на которую эти решения направлены
- Умеют придумывать идеи на основе найденных трендов
- Получают набор идей для дальнейшей разработки в своих рабочих задачах.



A black and white photograph of two dogs, possibly huskies, wearing large, knitted reindeer antlers. The dog on the left is looking slightly to the right, while the dog on the right is looking towards the camera. The antlers are made of thick, textured yarn. The background is dark and out of focus.

CREATIVE MACHINE

ИГРА ПРО ТРИ ИСТОЧНИКА ИДЕЙ

Creative machine — игра-тренажер по раскачке креативного мышления.

Мы создали её для команд, которые любят и хотят в легкой и веселой форме прокачивать свои навыки устойчивой генерации идей.

В игре вы потренируете 20+ методов креативного мышления и поиска решений.

Игра направлена на развитие компетенций: креативное мышление, инновативность.

Формат игры: очно или онлайн

Продолжительность: от 2 до 4 часов

Количество участников: от 10 до 40 чел.

Результаты игры для участников:

- Владеют методами креативного мышления,
- Потренировались в развитии индивидуальной креативной мышцы,
- Научились использовать силу команды при совместной генерации идей,
- Изучили тренды и поняли, как имплементировать опыт других компаний в решение рабочих задач,
- Научились поиску и выработке решений в бизнес-задачах,
- Получили позитивный опыт совместного взаимодействия.

Игровая легенда: Участники перевоплощаются в сотрудников креативных агентств, которые хотят завоевать этот мир при помощи своих прорывных идей и заработать первый миллион. В агентства регулярно обращаются клиенты со своими запросами по поиску решений в их бизнес-задачах.



Игровая задача: Перед каждой командой ставится игровая задача — совместными усилиями всех членов команды заработать наибольшее количество игровых баллов, выполняя задачи клиентов.

Процесс игры:

Вы — креативные агентства. Одержите победу в битве идей!
Ваша цель — заработать как можно больше игровых баллов.

Их можно получить за:

- Выполнение задач из видео-кейсов (до 90 штук),
- Участие в аукционах.

Механика процесса:

- Игра состоит из трёх раундов, минимальная продолжительность каждого раунда 1 час,
- Участники работают в командах по 7 человек (максимальное количество), каждую команду сопровождает модератор.

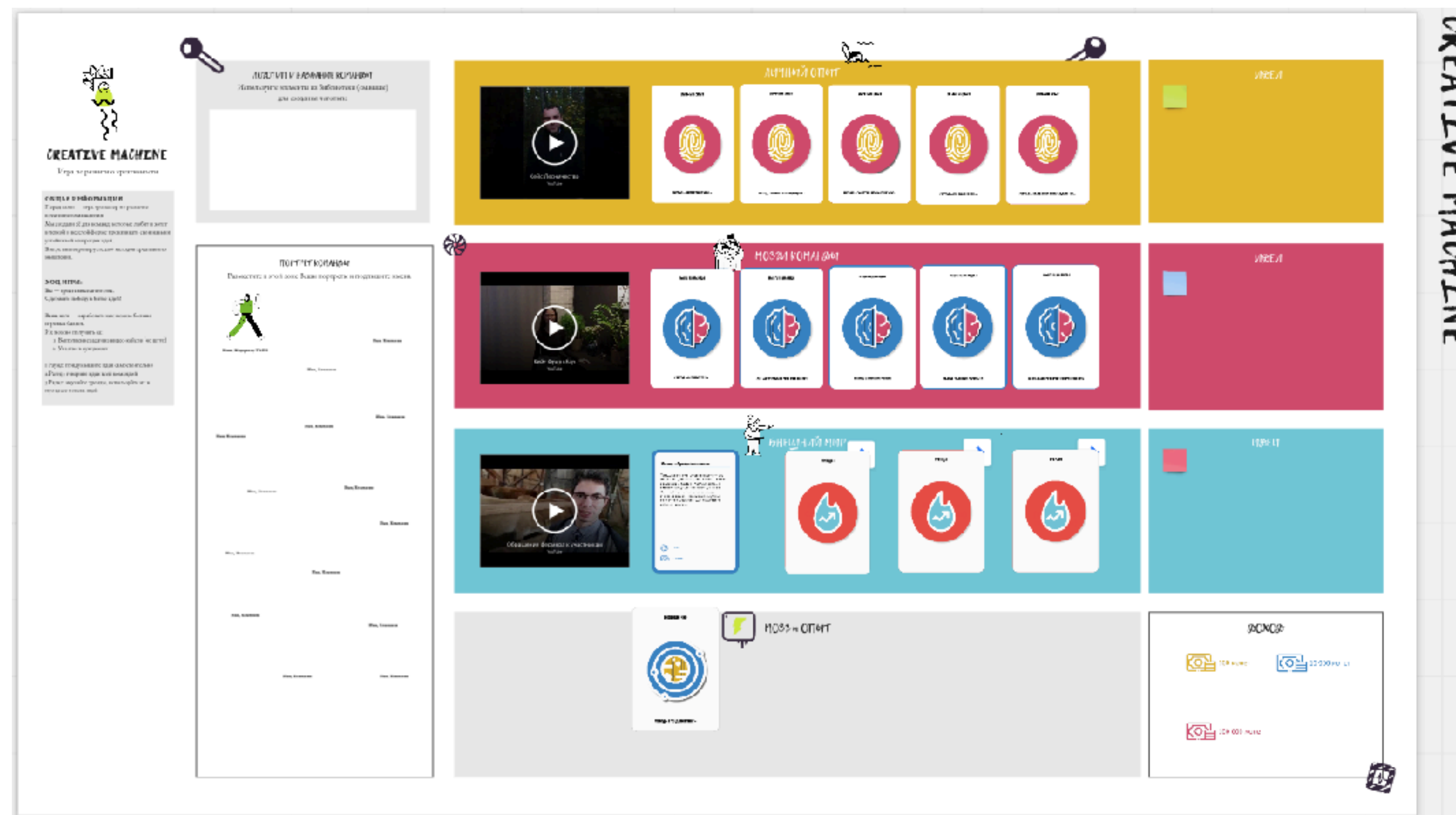
Задачи на раунды:

- 1 раунд — придумать идеи самостоятельно,
- 2 раунд — генерить идеи всей командой,
- 3 раунд — изучить тренды и использовать их в процессе поиска идей.

В процессе игры в каждом раунде появляются новые вводные, которые важно учитывать в процессе реализации задачи.

Игра представляет собой тренажер, где участники смогут потренироваться в более чем в 20 методах креативного мышления по генерации идей и поиску решений. Игровой процесс включает в себя до 90 видео-кейсов из нашей библиотеки.

Предусмотрен вариант кастомизированных кейсов: игровая колода кейсов состоит из рабочих ситуаций участников, ролики с участием представителей компании и тд.



КРЕАТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ.
РАЗВИТИЕ В ТРЕНИНГОВОМ
ФОРМАТЕ



Мы научим мыслить нестандартно, выходить за рамки стереотипного мышления, создавать идеи и прорывные решения. Сотрудники получат инструменты и навыки, которые позволят находить и реализовать эти идеи в своей работе.

Обучение носит практический характер, насыщена case studies и примерами найденных решений. Все учебные задачи — реальные кейсы участников. По окончании сессии участники получают набор решений.

Тренинг направлен на развитие компетенций: креативное мышление, инновативность.

Формат: очно или онлайн

Продолжительность: 2 дня

Количество участников: до 16 чел.

Результаты для участников:

- Знают инструменты анализа ситуации, способы принятия решений, инструменты поиска идей, принципы выбора оптимального нестандартного решения в сложившейся ситуации,
- Умеют находить эффективные решения в нестандартных ситуациях,
- Знают и умеют использовать инструменты креативности для поиска прорывных идей.

МОДУЛЬ

Что такое креативное мышление?

3 источника идей

Практика борьбы с препятствиями на пути идей.
Личный опыт

Практика борьбы с препятствиями.
Мозги команды

СОДЕРЖАНИЕ

Абстрактное, Критическое, Креативное мышление.

Навыки и способности, необходимые для развития креативности.

Кому придумывать легче всего? Люди T-shape и X-shape.

Состояние, идеальное для генерации идей. Игра и поток.

Признаки игры и работа мозга.

Мой профиль T-shape. Составляем свою карту развития кругозора.

3 источника идей и препятствия на их пути.

Развитие гибкости. Техники расширения рамок восприятия мира.

Работа со стереотипами. Метод «Переворот стереотипов. А что, если».

Нейрофизиология креативности.

Барьеры командного поиска решений и способы их устранения.

Принцип организации командной работы при поиске решений и генерации идей: коллаборация, X-shape подход.

Принцип раскрытия потенциала каждой идеи: «Одна история на всех»

Мозговой штурм.

Мозговой штурм наоборот (Антиштурм).

Метод 100 квадратов.

МОДУЛЬ

СОДЕРЖАНИЕ

Практика борьбы
с препятствиями.
Внешний мир

Тренды и их влияние. Составляющие тренда.
Развитие навыков поиска и структурирования информации во внешней среде.
TrendCanvas и Trend Radar. Инструменты анализа и прогнозирования развития тренда,
влияния его на бизнес и продукты компании.

Отбор и доработка решений

Метод 5 шляп (Google)
Матрица отбора идей

6 культур креативности

6 факторов креативной культуры.
6 типов креативной культуры.
Выявление культуры компании и определение, какие из рассмотренных инструментов
наилучшим образом встраиваются в текущую культуру.

Источники

Где искать инновационные кейсы?
Где искать методы развития креативности?

A black and white photograph of two men with full beards and mustaches, dressed in patterned suits. The man on the left wears round glasses and has his mouth open as if speaking. The man on the right is looking at him. The background is a dark, neutral gradient.

LEGO® SERIOUS PLAY®

**ИГРОВАЯ ФОРМА ОБСУЖДЕНИЯ
ВАЖНЫХ ВОПРОСОВ**

LEGO® Serious Play® — это метод проведения диалога и конструктивной коммуникации внутри групп людей, который базируется на убеждении, что каждый человек может внести свой вклад в дискуссию, решение и результат.

В ходе процесса участники (в группах по 7–10 человек) используют кубики LEGO® для создания моделей, отражающих их мысли, отношения и идеи.

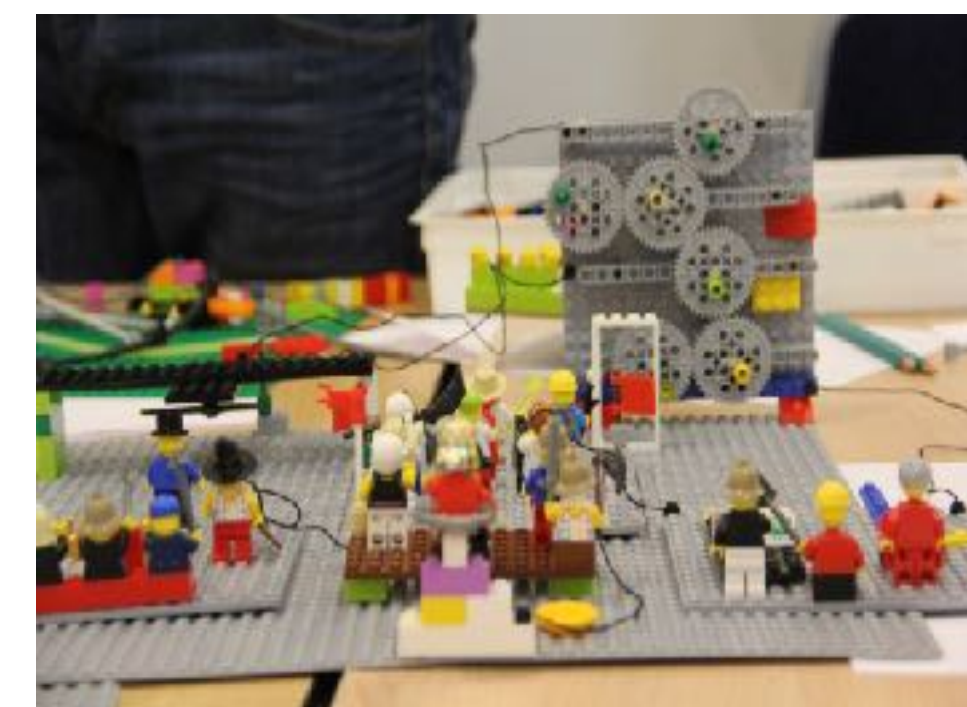
Методология LEGO® Serious Play® используется, когда необходимо:

- Согласовать общее видение по необходимому вопросу (взаимодействия, стратегии, общих целей и т.д.)
- Выстроить процессы, отношения, коммуникацию в команде и между подразделениями
- Разработать шаги улучшения процессов
- Вовлечь сотрудников в процесс обсуждения и принятия решения и замотивировать на их реализацию в рамках решаемой задачи
- Развить способность видеть «картинку» целиком; находить области для улучшения и развития
- Активировать творческий подход к поиску решений сложных задач.

Формат: очно

Продолжительность: 6 часов

Количество участников: до 300 чел.



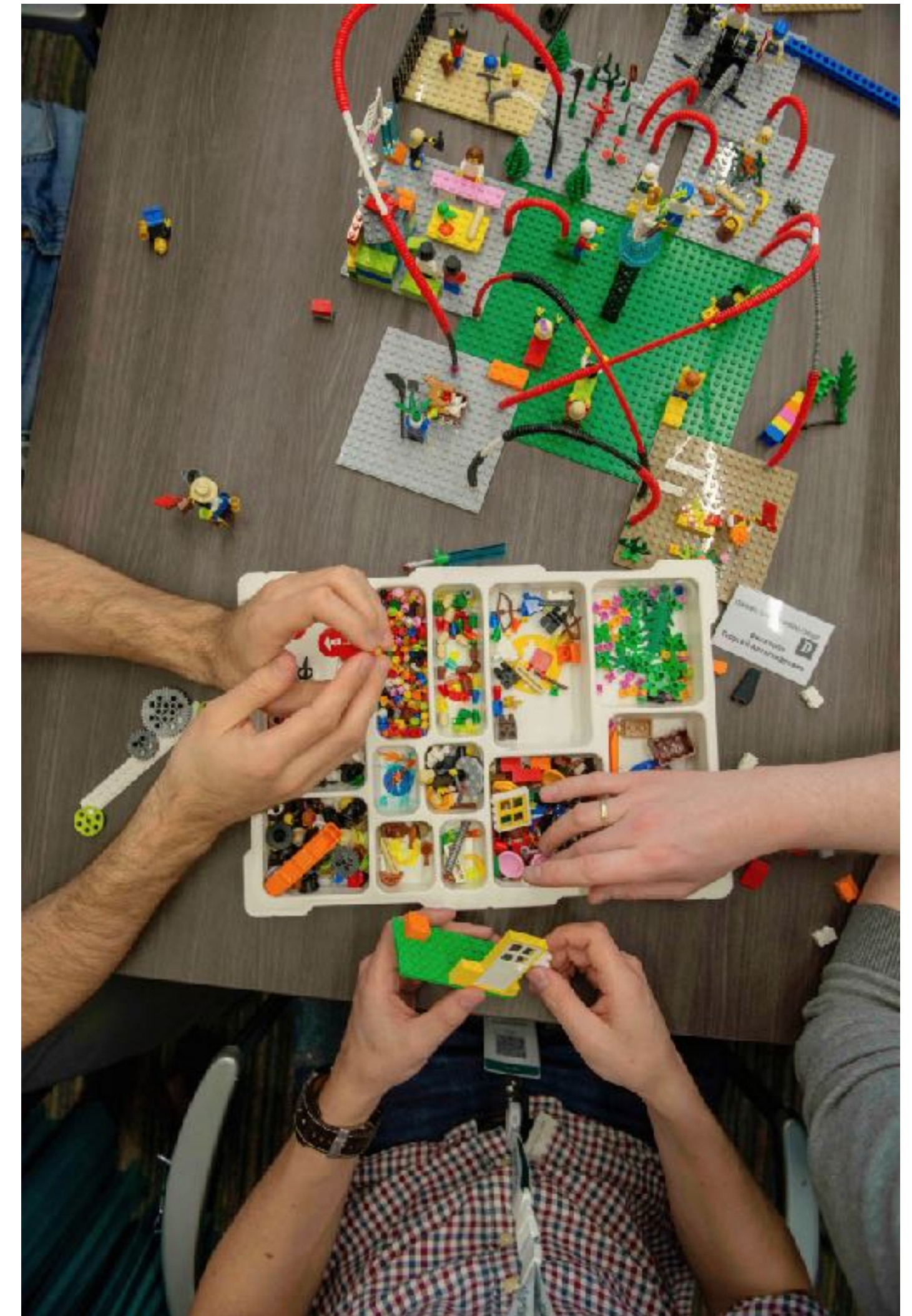
Все модели, которыми оперируют участники, метафоричны и часто передают значение не напрямую, а через символ или ассоциацию. Таким образом, участник, построивший модель, фокусируется на характеристиках, которые наиболее важны для данной модели (процесса или человека).

При создании моделей участники обозначают связи и способы коммуникаций, находят проблемные области и зоны для развития и внедрения изменений, предлагают решения по улучшению текущей ситуации или формируют картинку желаемого будущего.

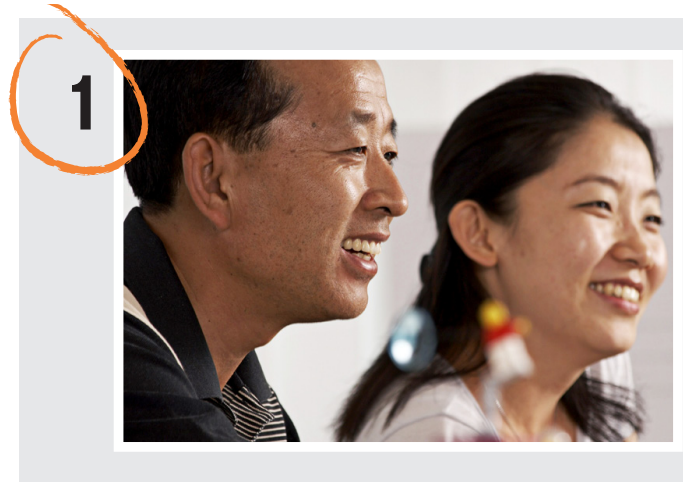
Такой подход помогает в игровой форме обозначить наиболее острые вопросы и найти варианты их решения через активацию креативного мышления.

Результат сессии для участников:

- Активируют креативное мышление
- Разберут сложности, с которыми сталкиваются в процессе работы
- Осознают сильные стороны процесса и узкие места, которые не позволяют приблизиться к желаемой эффективности
- Совместно создадут и обсудят желаемую модель взаимодействия



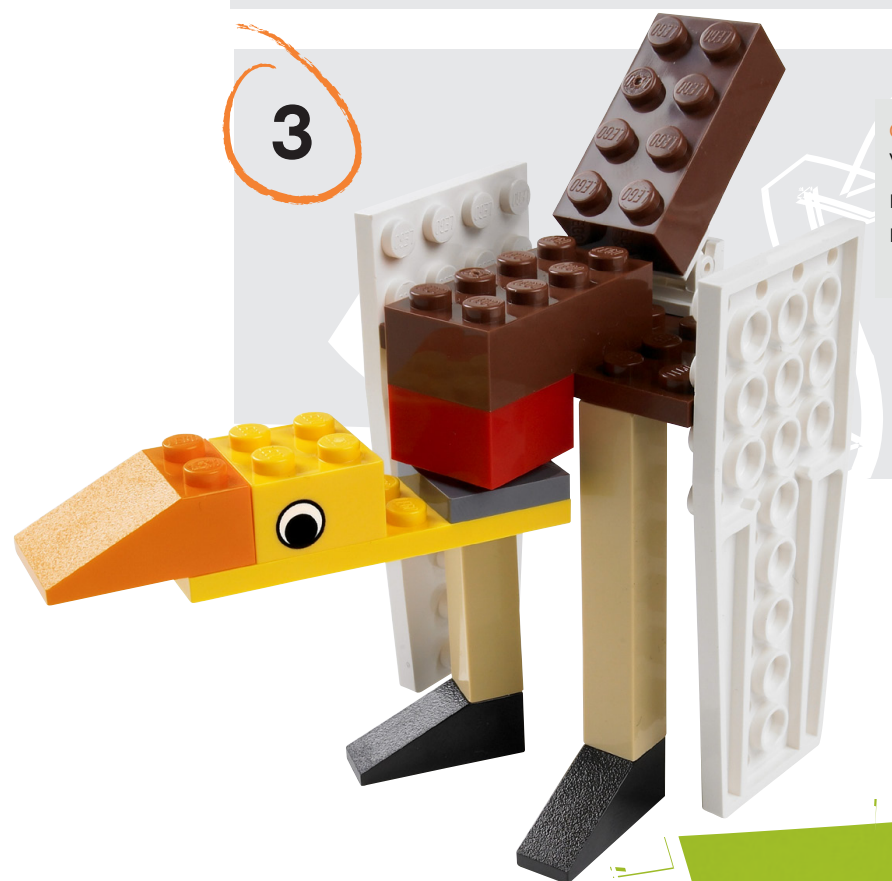
- Синхронизация действий и высокая степень вовлеченности всех участников в процессе проведения сессии
- Снижение вероятности проявления стереотипного поведения, «социально-ожидаемых» ответов и решений
- «Овеществление» представления об обсуждаемом вопросе и о результате
- Возможность формулирования плана действий реализации новой бизнес-модели взаимодействия и построения коммуникаций
- Формирование положительного отношения к функциям и задачам компании за счет применения метафорической формы и вовлечения каждого участника в процесс создания общего результата.



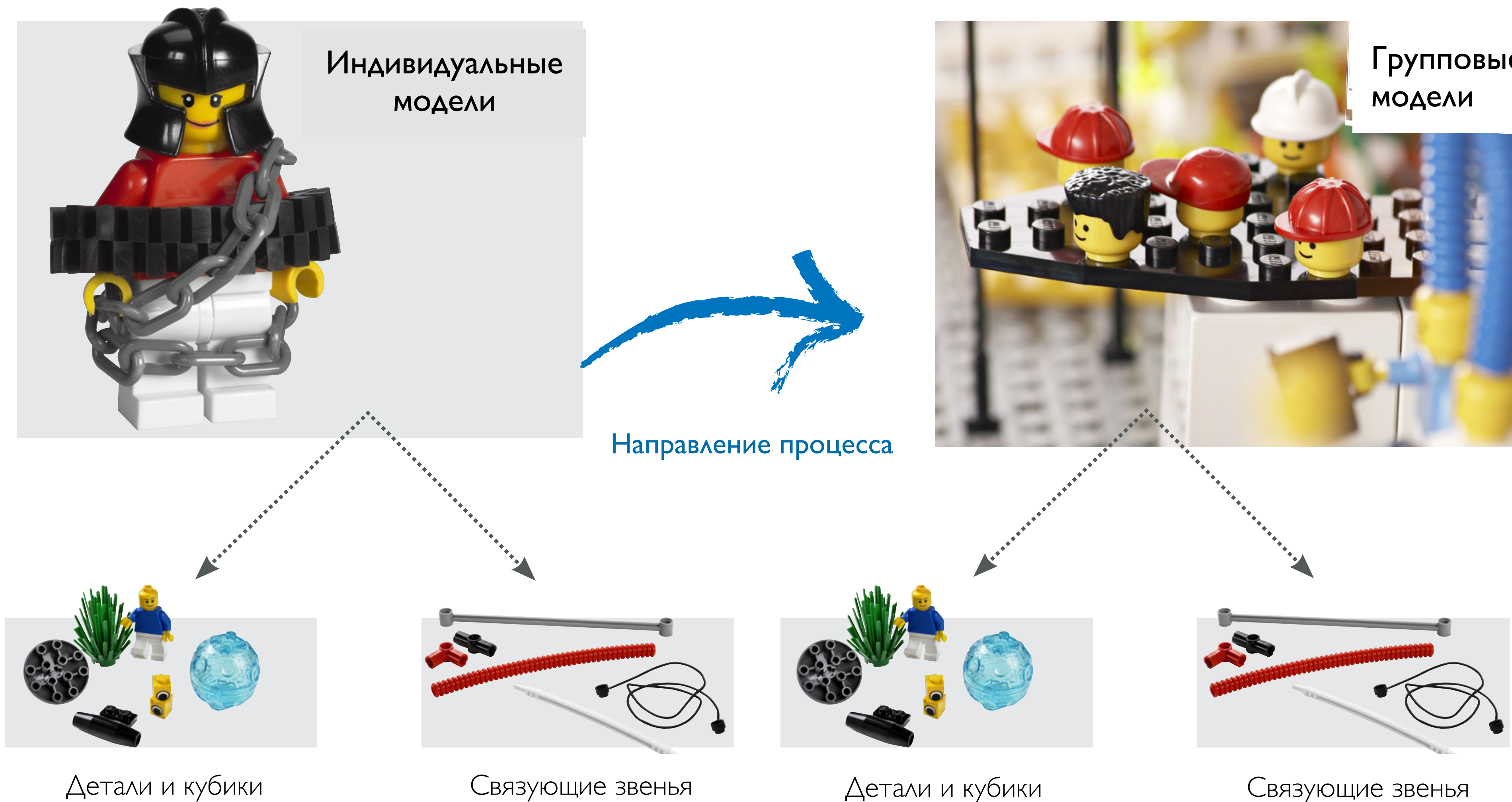
Обозначение вопроса



Построение метафоры-ответа на вопрос



Рассказ с помощью модели своего видения



ШАГ 1. Начало мероприятия.

— Участники распределены по командам, каждый занимает своё место.

ШАГ 2. Знакомство с методом.

— На столах у участников находятся детали конструктора LEGO®, по заданиям ведущего они строят модели каждый на своей платформе, чтобы познакомиться с наборами и процессом построения.

ШАГ 3. Самоидентификация. Знакомство участников.

— Участники строят модель себя как профессионала и рассказывают о ней внутри группы. Это позволяет лучше узнать друг друга и понять, чем занимается каждый участник в команде.

ШАГ 4. Индивидуальное построение текущей модели в рамках вопроса.

— Каждый из участников строит свое видение, сложившегося на данный момент, рассказывает внутри своей группы.

ШАГ 5. Групповое построение текущей модели.

— На платформе внутри каждой группы участники строят согласованную модель, отражая все плюсы и минусы, презентуют свои модели соседним командам. Отдельно выписывают плюсы и минусы текущей модели, презентуют общую модель другой команде.

ШАГ 6. Групповое построение «Желаемая модель».

— Группы строят модели, которые бы они хотели видеть в своей команде, презентуют свои модели соседним командам.

CREATIVE GYM
ОНЛАЙН-МАРАФОН



Онлайн-марафон, состоящий из 5 модулей, межмодульных заданий и поддержки участников в формате чата.

Каждый модуль — это 1 час интерактивного прямого эфира, погружающий участников в один из аспектов развития креативности.

Межмодульные задания предполагают возможность тренироваться не только на коллегах, но и на друзьях и членах семьи

Марафон направлен на: расширение кругозора участников, пробуждение любопытства к теме и передаче небольших инструментов и упражнений на раскачку креативного мышления.

Формат: онлайн

Продолжительность: 5 модулей по 1 часу, 1 рабочий день между учебными модулями

Количество участников: до 16 чел.

Результаты:

- Участники знают основные направления развития креативности
- Знакомы с инструментами поиска идей и регулировки собственной креативности
- Понимают, как каждый из источников идей работает и что даёт лично участнику и команде
- Знают где и как могут расширить свои знания в области креативности

МОДУЛЬ 1. ТРЕНДСПОТТИНГ. Как новые события в мире меняют наши продукты и сервисы?

- Как зарождаются пользовательские тренды и как их анализировать и отслеживать.
- Как тренды под давлением новых драйверов будут видоизменяться?
- Придумываем изменения продуктов и сервисов, которые необходимо внедрять к возобновлению потребительской активности.

МОДУЛЬ 2. КОМАНДНАЯ ГЕНЕРАЦИЯ ИДЕЙ. Инструменты и методы.

- Мозгошторм и антишторм
- Работа со стереотипами
- Техническая организация генерации идей для распределенной команды

МОДУЛЬ 3. РАСКАЧКА КРЕАТИВНОЙ МЫШЦЫ. Упражнения на каждый день.

- Серия упражнений по раскачке креативного мышления на 5 минут
- Работа с внутренним критиком

МОДУЛЬ 4. ПОДДЕРЖАНИЕ СЕБЯ В КРЕАТИВНОМ РЕСУРСЕ. Как эмоции и установки влияют на наш творческое состояние.

- Когерентность: баланс ума и интуиции для креатива
- Практики сохранения настроения на творческий процесс
- Как и где искать исследования по этой теме

МОДУЛЬ 5. УПРАВЛЕНИЯ ГРУППОВОЙ КРЕАТИВНОСТЬЮ. Как фасилитировать креатив распределенной команды.

- Методы и приёмы управления креативной динамикой
- Ресурсы для командной удаленной работы
- Правила и этика фасилитатора: состояние игры и потока, создание доверия

TRAINING × DEVELOPMENT GROUP

+ 7 495 728 18 77

hello@traininggroup.ru

www.traininggroup.ru × www.tdgopen.com

INSTAGRAM: @training_development_group

FACEBOOK: @TDGMoscow