



Kultūrinio sąmoningumo seminaras: priemonės aprašymas su scenarijumi



Metodologinis įvadas


Remiant jaunų migrantų ir pabėgėlių psichinę gerovę, naudinga priemonė yra kultūrinės integracijos modeliu pagrįstos priemonės. Kultūra yra galinga integracijos ir švietimo priemonė: pilietinė, kultūrinė, istorinė. Imigrantai, dalyvaujantys kultūriniame gyvenime, turi galimybę giliau suprasti kontekstą, kuriame gyvena, geriau valdyti socialinius santykius ir, atitinkamai, geriau funkcionuoti psichologiškai.

Kultūrinės integracijos strategija jauniems imigrantams grindžiama smalsumu, pasitikėjimu ir natūralia poreikiu pažinti naują kultūrinį kontekstą. Tai reikalauja lankstumo ir mechanizmų, padedančių prisitaikyti prie kintančios realybės, sukūrimo. Integracijos modelis remiasi prielaida, kad imigrantų ir priimančiosios visuomenės tarpusavio prisitaikymo procesas yra dvišalis. Abiejų grupių atstovai ne tik priima bendrą kultūrą, bet ir prisideda prie jos kūrimo. Nors skirtingų civilizacijų atstovai mokosi vieni iš kitų, kiekvienas asmuo ar grupė išlaiko kultūrinės įvairovės jausmą ir sąmoningumą apie savo kultūrinį paveldą.

Integracija yra dinamiškas, sudėtingas ir dvikryptis procesas, reikalaujantis visų dalyvaujančiųjų pastangų, įskaitant migrantų norą prisitaikyti prie priimančiosios visuomenės, neprarandant savo kultūrinės tapatybės. Taip pat priimančiosios bendruomenės ir viešosios institucijos turi būti atviros migrantams ir reaguoti į įvairiapusės visuomenės poreikius.

Šis modelis atmeta asimiliacijos strategiją, kuri dažnai reiškia kultūrinės tapatybės praradimą ir besąlygišką priimančiosios bendruomenės modelių ir normų perėmimą, o tai gali lemti radikalizaciją ir segregaciją. Integracija yra sudėtingas, laipsniškas ir ilgalaikis procesas, kuris vyksta trimis tarpusavyje susijusiais aspektais: psichologiniu, ekonominiu ir sociokultūriniu. Ji taip pat apima tarpkultūriškumo sąvoką, t. y. skirtingų kultūrų sąveiką, o ne tik jų sambūvį be ryšių ar santykių.

Tačiau integracija nereiškia besąlygiško visų migrantų normų ir papročių priėmimo. Ribas nustato teisės aktai, visuotinės vertybės ir žmogaus teisės. Priimančiosios bendruomenės turi teisę nustatyti taisykles, tačiau tam jos turi žinoti ir suprasti migrantų kultūrą, taip pat būti atviros dialogui ir deryboms dėl tam tikrų normų ir papročių. Šiame kontekste labai svarbus pilietinis švietimas ir imigrantų supažindinimas su nauja kultūra ankstyvosiose integracijos stadijose. Vidurio ir Rytų Europos šalyse integracijos procesas yra glaudžiai susijęs su palyginti dideliu kultūriniu, etiniu ir religiniu homogeniškumu.





Įrankio ypatybės

Mentuwell komandos sukurta priemonė yra psichologinis akulturacijos mokymo kursas, organizuojamas modulinės simuliacinės dramos forma, kurią aktyviai moderuoja tinkamai parengtas pedagogas. Šis mokymas buvo sukurtas remiantis studijų vizitų metu įgyta patirtimi, susijusia su parama jauniems pabėgėliams. Seminaras buvo sukurtas siekiant remti migrantų psichologinę gerovę Ukrainoje.

Įrankis taip pat buvo įkvėptas mokslinės literatūros apie įmonių seminarus, kuriuose ugdomi tarpkultūrinės komunikacijos įgūdžiai ir didinamas socialinės adaptacijos lygis daugiakultūrinėje aplinkoje. Tokie seminarai tiesiogiai prisideda prie psichologinės gerovės gerinimo (įrankis leidžia ugdyti individualius įgūdžius bendraujant su kultūriniais skirtumais, o tai savo ruožtu gerina socialinę integraciją ir psichologinę gerovę).

Seminarų scenarijus papildytas vaizdo pamoka, kurioje suprantamai paaiškinama dramos organizavimas ir vykdymas iš moderatoriaus-pedagogo perspektyvos. Be siūlomos pagrindinės dramos formos, priemonė turi neribotą praktinį potencialą pritaikyti prie įvairių situacijų ir tikslinei grupei būdingų problemų. Prieš įgyvendinant seminarą, reikėtų išanalizuoti jaunimo poreikius, susijusius su psichologine gerove ir kultūrine adaptacija (aprašyta atskirai Mentuwell projekto paramos metodikos skyriuje).

Seminaras gali būti vedamas bet kuria kalba, jei visi dalyviai turi bent pagrindinius tos kalbos bendravimo įgūdžius.

Tikslinė grupė

Šis įrankis skirtas pedagogams (pvz., mokytojams, auklėtojams, NVO darbuotojams ir savanoriams), kurie gali įgyvendinti seminarus kultūriškai mišrioje lenkų ir ukrainiečių jaunimo grupėse arba monokultūrinėse grupėse.

Seminarai vyksta 10–20 žmonių grupėse, įskaitant abiejų lyčių dalyvius.



Seminarų tikslai

1. Padidinti psichologinę gerovę jaunimui, kurį veikia su migracija susijusios problemos.
2. Gerinti jų gebėjimą prisitaikyti prie kitokios kultūrinės aplinkos.
3. Socialinės integracijos lygio didinimas daugiakultūrėje grupėje.
4. Grupės sanglaudos stiprinimas.
5. Diskusijų apie prisitaikymo klausimus migracijos kontekste palengvinimas.
6. Stereotipų ir prietarų mažinimas.
7. Sumažinti prisitaikymo problemas, kurias sukelia nesąmoningas etnocentrizmas.

Įrankio elementai

1. Rašytinis seminaro scenarijus.
2. Vaizdo pamoka moderatoriui/organizatoriui.
3. Pagalbinės instrukcijos pedagogui.

Trukmė

Apie 50–60 minučių maždaug 20 žmonių grupei. Įrankio pritaikymo procedūra

Pagal vaizdo pamoką ir scenarijų seminaras suskirstytas į keturis modulius (sveikinimai, maistas, gėrimai, atsisveikinimas). Juos galima papildyti papildomais elementais, pritaikytais remiantis tikslinės grupės poreikių analize ir praneštais klausimais dėl kultūrinio prisitaikymo. Nauji moduliai turi atitikti bendrą „Albatrosų“ papročių aprašymą „Albatrosų“.



Fikcinis pasakojimas

Seminaras pagrįstas fiktyviu pasakojimu, pritaikytu jaunimo specifikai. Moderatorius informuoja dalyvius, kad jie vyks į kelionę į egzotišką salą, kurioje gyvena ne mažiau egzotiška gentis – „Albatrosai“. Jų kultūra skiriasi nuo dalyvių kultūros. Kelionės tikslas – išmokti pagrindines salos socialinio gyvenimo taisykles, dalyvaujant vietos ritualuose.

Po kelionės dalyviai aptaria savo patirtis ir analizuoja vietines taisykles. Galiausiai moderatorius pateikia tikrą „Albatrosų“ kultūros aprašymą ir aptaria įvairius psichologinius ir kultūrinius prisitaikymo iššūkius, su kuriais susidūrė dalyviai.

Vieta ir rekvizitai

Seminaras gali vykti bet kurioje patalpoje, kurioje yra kėdės. Reikmenys: antklodės (pvz., senos užuolaidos), lūpų dažai, kilimėliai, kepurės, kelio apsaugai, vanduo, puodeliai, kukurūzų traškučiai.

Vaizdo pamokos skyriai

1. Bendra informacija – priemonės charakteristikos
2. Grupės paruošimas ir pagalbinių verbavimas
3. Pagalbinių instrukcijos
4. Bendravimas su „Albatrosais“
 - 4.1 1 modulis „Sveiki atvykę“
 - 4.2 2 modulis „Valgymas“
 - 4.3 3 modulis „Gėrimas“
 - 4.4 4 modulis „Atsisveikinimas“
5. Grupinė diskusija: albatrosų įpročiai
6. Paaiškinimas ir išvados
7. Papildoma informacija

Seminaras „Albatrosai“

1. Trumpas moderatoriaus pristatymas dalyviams

1.1 Seminaras prasideda: „Kelionė į albatrosų žemę“

1.2 Sekite instrukcijas ir mėgaukitės patirtimi

2. Moderatorius renkasi savanorius

2.1 „Paprašysiu trijų savanorių prieiti.“

2.2 Išrenkamos dvi moterys ir vienas vyras.

2.3 Likusi grupė palieka kambarį 5–10 minučių.

2.4 Gidas ateis pas jus

2.5 Grupė turi atsitraukti nuo durų, kad negirdėtų pokalbių viduje [Grupė išėjusi iš kambario, moderatorius ir trys savanoriai paruošia aplinką:] Perstatoma interjero įranga:

Reikalingi daiktai: antklodės, lūpų dažai, grindų antklodės, kepurės, kelio apsaugai, gumines pirštines, vanduo, puodeliai, traškučiai

- Persirengimo reikmenys: nosinės ir antklodės
- Veido dažai
- Sutrikę plaukai
- Ant kambario vidurio išklotos antklodės

3. Instrukcijos vyrams savanoriams – gido vaidmuo

3.1 „Jūs esate skirtingų kultūrų tyrinėtojai – turite stebėti, suprasti ir įsiminti vietos papročius.“

3.2 „Kelionė į albatrosų žemę“

3.3 „Aš būsiu jūsų gidas.“

3.4 „Turite prisitaikyti prie salos papročių.“

3.5 „Galite kalbėti tik vietine kalba, ne savo.“

3.6 Suteikęs instrukcijas, gidas grįžta į kambarį, o grupė laukia.

4. Instrukcijos moterims savanorėms – „karalienių“ vaidmuo

4.1 Jie turi patogiai atsiklaupti

4.2 Dėvėti vietinius kostiumus

4.3 Moderatorius duos ženklą, kada reikia nusilenkti

4.4 Jie neturi kalbėti

4.5 Moderatorius juos ves gestais



4.6 Karalienė 1: Duodama signalą, atsistokite ir dalykite užkandžius dalyviams (vyrams tiesiai į burną, moterims į rankas)

4.7 Karalienė 2: Po signalo išdalinkite vandenį tik vyrams, tiesiai į burną

5. Instrukcijos savanoriui gidui

5.1 Ekskursijos pradžia

5.2 Dalyvių pristatymas vienas po kito

5.3 Po kiekvieno pristatymo uždarykite duris.

5.4 Dalyviai pristatomi pakaitomis: vyras – moteris

6. Sąveikos moduliai seminaro metu

6.1 1 modulis: Sveikinimas

6.1.1 Garsūs bučiniai

6.1.2 Rankų mojavimas

6.1.3 Sustojimas

6.1.4 Pasišiaušimas (vyrai: 3, moterys: 2)

6.1.5 Sėdimų vietų paskirstymas (vyrai ant kėdžių, moterys ant grindų)

6.2 2 modulis: Valgymas

6.2.1 Gidas valgo pirmas

6.2.2 „Yummy yummy“ taisyklė po valgio

6.2.3 Vyrams maistas paduodamas tiesiai į burną, moterims – į rankas

6.3 3 modulis: Gėrimas

6.3.1 Gidas geria pirmas

6.3.2 Geria tik vyrai

6.3.3 „Uaaaaach“ taisyklė po gėrimo

6.4 4 modulis: Atsisveikinimas

6.4.1 Pasirinkite atsitiktinį asmenį

6.4.2 Užuosk jų ranką

6.4.3 Nulenkti galvą

6.4.4 Išsiuntimas iš salos

Grupinė diskusija po veiklos

„Žinau, kad buvai kelionėje...“

Po kiekvieno klausimo pabandykite nustatyti dalyvių atsakymų priežastis. Klausimai:

1. Kur buvote?
2. Ką sutikote?
3. Kokias socialines roles atliko vietiniai gyventojai?
4. Kokie yra vietos kultūros principai?
5. Kas vadovauja tai visuomenei?
6. Kokie yra vyrų ir moterų santykiai?
7. Kokią religiją jie gali išpažinti?
8. Koks vietinių gyventojų požiūris į užsieniečius?
9. Kokiuose visuomeniniuose renginiuose dalyvavote?
10. Ar ten jautėtės patogiai?
11. Ar prisimenate kokių nors žodžių iš vietos kalbos?

Tikrieji Albatrosų kultūros principai, pasak „antropologų“

1. Religija yra svarbiausias dalykas ir organizuoja visus gyvenimo aspektus.
2. Aukščiausioji dievybė yra Motina Žemė. Kadangi tai moteriška dievybė, moterys laikomos pranašesnėmis. Vyrai laikomi nešvariais ir jiems neleidžiama sėdėti tiesiai ant žemės.
3. Tik karalienės turi teisę prašyti atleidimo už naujo vyro, atvykusio į salą, nuodėmę.
4. Valdžią turi dvi karalienės, kurios turi vyrišką tarną.
5. Saloje gyvenantys žmonės nekenčia užsieniečių, bet juos toleruoja, nes yra kanibalai ir juos valgo ritualų metu.
6. Prieš valgant, svetimi turi būti apvalyti, suvartojant stebuklingą maistą ir gėrimą bei kartojant užkeikimą „skanu, skanu“.
7. Tarnas patikrina „mėsos“ kokybę, pauostydamas savo ranką. Jei ji yra gera, jis išsitraukia peilį ir pradeda šventę. Jei ne, svetimas yra išvaromas ir turi prašyti Motinos Žemės atleidimo.



Seminarų išvados

Kodėl jūs tiek daug dalykų supratote klaidingai?

Kultūra giliai įtakoja mūsų mąstymą ir reakcijas, net jei mes to nesuvokiame. Prisitaikyti prie naujos vietos yra sunku ir gali sukelti integracijos bei gerovės problemų.

Kultūriniai skirtumai sukelia nesusipratimus, o pirmasis laikotarpis po migracijos gali turėti įtakos psichologinei gerovei.

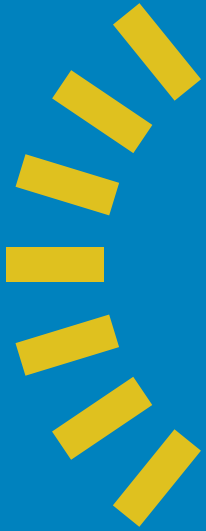
Norėdami išvengti prisitaikymo problemų, turime išlaikyti atvirą protą ir išmokti refleksyviai interpretuoti realybę.

Tokio pobūdžio pratimai padeda ugdyti lankstesnę požiūrį į skirtingas kultūras.



wsb.edu.pl/mentuwell





Kultūrinio jautrumo seminaras: scenarijaus aprašas


Metodinis įvadas

Rūpinantis jaunų migrantų ir pabėgėlių psichine gerove siūloma taikyti kultūrinės integracijos modeliu grįstas priemones. Kultūra yra stipri integracijos ir švietimo priemonė: pilietinė, kultūrinė, istorinė. Imigrantai, dalyvaujantys kultūriniame gyvenime, geriau supranta priimančios šalies kontekstą, turi darnesnius tarpusavio santykius ir geresnę psichologinę būklę. Jaunų imigrantų kultūrinės integracijos strategija grindžiama smalsumu, pasitikėjimu ir natūraliu poreikiu sužinoti apie priimančios šalies kultūrinį kontekstą. Tam reikia lankstumo ir mechanizmų, padedančių prisitaikyti prie kintančios tikrovės ir dvišalio integracijos modelio, sąlygojančio tiek imigrantų, tiek priimančios visuomenės prisitaikymo procesą. Imigrantai ir priimanti visuomenė kuria bendrą kultūrą ir įneša savo indėlį į ją. Kai skirtingų kultūrų žmonės mokosi vieni iš kitų, išlaikoma kultūrinė įvairovė ir paveldas. Integracija yra dinamiškas, daugialypis dvikryptis procesas, reikalaujantis visų suinteresuotųjų šalių pastangų: tiek migrantų noro prisitaikyti prie priimančiosios visuomenės neatsisakant savo kultūrinės tapatybės, tiek priimančios visuomenės ir institucijų noro priimti migrantus bei patenkinti visuomenės poreikius.

Pagal šį modelį atmetama asimiliacijos strategija, kuri dažnai reiškia kultūrinės tapatybės praradimą ir besąlygišką priimančiosios bendruomenės normų priėmimą. Asimiliacija dažnai lemia migrantų radikalėjimą ir atskyrimą. Integracija yra sudėtingas ir visapusiškas procesas, turintis įtakos tiek migrantams, tiek priimančiajai visuomenei. Tai laipsniškas, ilgalaikis procesas, vykstantis psichologiniu, ekonominiu ir socialiniu – kultūriniu aspektu. Integracija taip pat susijusi su tarpkultūriškumu – įvairių kultūrų tarpusavio sąveika, o ne kultūros buvimą viena šalia kitos, be ryšių ar sąveikų. Visgi integracija nereiškia besąlygiško visų migrantų normų ir papročių priėmimo, ribą šiuo atžvilgiu nustato įstatymai, visuotinės vertybės ir žmogaus teisės. Priimančiosios visuomenės turi teisę nustatyti ribas, kurias apibrėžia socialinės normos ir taikytina teisė, tačiau tam būtina sąlyga yra migrantų kultūros išmanymas ir supratimas, noras palaikyti dialogą ar derėtis dėl tam tikrų normų ir papročių. Todėl labai svarbu pilietinis ugdymas ir imigrantų supažindinimas su naująja kultūra ankstyvaisiais integracijos etapais. Vidurio ir Rytų Europos šalių sąlygomis integracijos procesas yra glaudžiai susijęs su gana aukštu kultūrinio, etninio ir religinio homogeniškumo lygiu.

Įrankio charakteristikos

„Mentuwel“ projekto komandos sukurtas įrankis yra psichologinis kultūros suvokimo mokymai modulinės simuliacijos metodu, kurį aktyviai moderuoja apmokytas pedagogas. Mokymai parengti remiantis mokomųjų vizitų metu sukaupta patirtimi, kuri susijusi Ukrainos karo pabėgėlių jaunimo psichologine gerove. Mokymo priemonės taip pat remiasi moksline literatūra, taikoma vedant verslo įmonių seminarus, ugdančius tarpkultūrinio bendravimo kompetencijas ir didinančius socialinės adaptacijos lygį daugiakultūrėje aplinkoje. Tokio pobūdžio seminarai tiesiogiai siejami su aukštesne psichologine gerove (priemonė leidžia padidinti individualias kompetencijas, susijusias su kultūriniais skirtumais, kas savo ruožtu padidina socialinės integracijos lygį ir psichologinę gerovę). Mokymai paremti vaizdo pamoka, paaiškinančia mokymų eigą ir organizavimą iš moderatoriaus perspektyvos. Be pagrindinės mokymų formos,



įrankis gali būti taikomas skirtingose situacijose ir tikslinėse grupėse. Prieš pradedant seminarą, reikėtų išanalizuoti jaunimo poreikius, susijusius su psichologinės gerovės problemomis ir kultūrine adaptacija (aprašyta „Mentuwel“ projekto pagalbiname metodikos skyriuje).

Seminaras gali būti vedamas bet kuria kalba, darant prielaidą, kad visi seminaro dalyviai turi pagrindinius bendravimo ta kalba gebėjimus.

Tikslinė grupė

Priemonė skirta pedagogams (pvz., mokytojams, pedagogams, NVO darbuotojams ir savanoriams), galintiems įgyvendinti seminarus kultūriškai mišrioje Lietuvos ir Ukrainos jaunimo grupėse arba monokultūrinėse grupėse.

Seminarai vyksta 10-20 žmonių grupėse. Į grupę turėtų būti įtraukti abiejų lyčių asmenys.

Tikslai

1. Didinti jaunimo, kurį paveikė su migracija susijusios situacijos psichologinės gerovės lygis.
2. Didinti refleksyvaus veikimo lygį kultūriškai kitokioje aplinkoje.
3. Didinti socialinio prisitaikymo prie funkcionavimo daugiakultūroje grupėje lygį.
4. Didinti grupės narių integracijos lygį.
5. Lengvinti prisitaikymą prie migracijos sukeltų problemų.
6. Mažinti stereotipų ir išankstinių nusistatymų kūrimo procesus.
7. Mažinti problemų, kylančių dėl nereflektyvaus etnocentrizmo reiškinių.

Sudėtis

1. Seminaro scenarijus raštu.
2. Vaizdo pamoka vedėjui / organizatoriui.
3. Nurodymai, kaip padėti pedagogui.

Trukmė

Apie 50-60 minučių 20 žmonių grupei.

Priemonės individualizavimo pagal konkrečius vartotojų poreikius tvarka

Kaip parodyta vaizdo pamokoje ir scenarijuje, seminarą sudaro 4 moduliai (pasisveikinimas, valgymas, gėrimas, atsisveikinimas). Jus galima papildyti kita „Mentuwel“ projekto komandos sukurta medžiaga, naujomis aktualiomis temomis bei kultūrinės adaptacijos problemomis, kurios išryškėja atlikus tikslinės grupės poreikių analizę. Nauji moduliai turėtų atitikti pateiktą bendrą „Albatrosų“ papročių aprašymą.

Išgalvotas pasakojimas

Seminaro eiga įterpta į išgalvotą naratyvinę fantastiką, pritaikytą specifinėms jaunimo savybėms. Vedėjas praneša, kad grupė dalyvaus kelionėje į egzotišką salą, kurioje gyvena ne mažiau egzotiška „Albatrosų“ gentis. Ji turi savo unikalią kultūrą, kuri skiriasi nuo dalyvių kultūros. Kelionės tikslas yra išmokyti svarbiausias saloje vyraujančias socialinio gyvenimo taisykles – supaprastinti vietinę kultūrą. Tai daroma laikantis vietinių taisyklių: dalyvaujant įvairiuose ritualuose, kaip to pageidauja vietos gyventojai. Ekskursijos metu prie grupės prisijungia gidas, kuris pateikia tolesnius reikalingus paaiškinimus ir nukreipia kiekvieną asmenį.

Saloje seminaro dalyviai patenka į „Albatroso“ genties socialinį gyvenimą.

Po ekskursijos jie pasakoja apie savo patirtį ir pastebėjimus, paaiškindami esmę ir bandydami rasti pagrindinius vietinių papročių principus. Pabaigoje vedėjas supažindina ekskursijos dalyvius su faktiniu Albatroso kultūros aprašymu ir aptaria įvairius psichologinius bei kultūrinius bandymus prisitaikyti, kuriuos patyrė dalyviai.

Vieta ir priemonės

Seminaras gali būti įgyvendintas bet kokiame kambaryje su kėdėmis. Reikalingos priemonės: lovatiesė (pvz., gali būti senos užuolaidos), lūpų dažai, antklodės sėdėjimui ant grindų, kepturės, kelių atramos, vanduo, puodeliai, kukurūzai.

Vaizdo įrašo vadovėlio skyriai


1. Bendra informacija – priemonės charakteristikos
2. Grupės paruošimas ir pagalbininkų įtraukimas
3. Instrukcijos pagalbininkams
4. Sąveika su „albatrosais“.
 - 4.1 Modulis 1 „Sveiki atvykę“
 - 4.2 Modulis 2 „Valgymas“
 - 4.3 Modulis 3 „Gėrimas“
 - 4.4 Modulis 4 „Atsisveikinimas“
5. Diskusija: „albatrosų“ papročiai
6. Paaiškinimas ir informacija
7. Papildoma informacija

Albatrosų seminaro scenarijus

1. Trumpas vedėjo įvadas
 - 1.1 Seminaro pradžia: „Apsilankymas Albatroso žemėje“
 - 1.2 Instrukcijos vykdymas
- 2 Moderatorius pakviečia savanorius: „Reikia 3 savanorių“.
 - 2.2 „2 moterų ir 1 vyro“
 - 2.3 Likusieji paprašomi išeiti 5-10 min.
 - 2.4 Vadovas nueina toliau nuo durų, kad negirdėtų pokalbių

[kai visa grupė išeina iš salės, moderatorius kartu su trimis savanoriais persirengia vietiniais ir duoda instrukcijas, kaip sutvarkyti interjerą (lovatiesės, lūpų dažai, antklodės, kepurės, kelio atramos, guminės pirštinės, vanduo, puodeliai, traškučiai)

 - Kaukės: nosinės ir lovatiesės
 - Piešiniai ant veido
 - Paslaptįgumas
 - Antklodės kambario centre
 - Veikimas
3. Instrukcija Nr. 1 savanoriui vyrui, kuris imasi gido vaidmens. Žemiau pateikiamas turinys, kuris bus pateiktas grupei salėje.



3.1 „Jūs esate skirtingų kultūrų tyrinėtojai – turite stebėti, suprasti ir įsiminti vietinius papročius”.

3.2 „Vizitas albatrosų žemėje”

3.3 „Aš būsiu vadovas”

3.4 „Prisitaikykite prie salos papročių”

3.5 „Galite kalbėti ne savo, o tik vietinių gyventojų kalba“

3.6 Davęs nurodymus, gidas grįžta į kambarį ir grupė toliau laukia

4. Instrukcijos moterims savanorėms, kurios imasi “karalienių” vaidmens

4.1 Jums reikia atsiklaupiti, bet, jei įmanoma, patogiai

4.2 Prašome dėvėti vietinius kostiumus

4.3 Kai moderatorius duos ženklą, nusilenkti

4.4 Nieko nesakykite

4.5 Vedėjas nukreipia karalienės rankų gestais

4.6 Karalienė 1: ant kumščio atsistoja ir paduoda po kukurūzą nurodytiems žmonėms, pirmiausia pagalbininkui, tada likusiems (svarbi taisyklė: vyrui į burną, moteriai į ranką).

4.7 Karalienė 2: Atsistoja ir paskirsto vandenį nurodytiems žmonėms: tik vyrams paduoda gerti iš puodelio.

5 Instrukcija Nr. 2 savanorio vadovui:

5.1 Kelionė prasideda

5.2 Pakviečia kitus dalyvius po vieną

5.3 Po kiekvieno įeina į vidų ir uždaro duris

5.4 Kitas dalyvis pristatomas vadovui davus ženklą

5.5. Dalyviai įvedami laisvu pasirinkimu, tačiau, kai įmanoma, pakaitomis vyras – moteris

6. Vėlesni sąveikos moduliai

6.1 Pasisveikinimas

6.1.1 Pauostymas

6.1.2 Nusilenkimas

6.1.3 Atsistojimas

6.1.4 Nusilenkimas: vyrui 3 kartus, moteriai 2 kartus

6.1.5 Parodoma atsisėdimo vieta: vyrui kėdė, moteriai ant grindų

6.2 Valgomi kukurūzai

6.2.1 Pirmasis lyderis

6.2.2 Pavalgo ir ištaria „yummy yummy“

6.2.3 Vyrui maistas paduodamas į burną, moteriai į ranką

6.3 Paduodamas geriamasis vanduo

6.3.1 Pirmiausia lyderiui

6.3.2. Tik vyrams

6.3.3 “UAAAACH” taisyklė

6.4 Atsisveikinimas

6.4.1 Atsitiktinė asmenų atranka

6.4.2 Rankų uostymas

6.4.3 Linktelėjimas

6.4.4 Išsiuntimas iš salos

Diskusija grįžus:

„Žinau, kad buvai kelionėje...“ Po kiekvieno klausimo pabandykite nustatyti, kodėl dalyviai padarė tam tikrą išvadą, kokie pastebėjimai tai rodo?


Klausimai grupei:

- 1) Kur buvote?
- 2) Ką sutikote?
- 3) Kas buvo jūsų sutikti vietiniai gyventojai? Kokia buvo jų socialinė funkcija?
- 4.) Kokie pagrindiniai tos kultūros principai, kurių turėjote laikytis?
- 5). Kokia ten politinė sistema, kas valdo?
- 6). Kokie vyrų ir moterų santykiai?
- 7) Kokia religija?
- 8). Koks vietinių gyventojų požiūris į nepažįstamus žmones?
- 9). Kokiam socialiniame renginyje dalyvavote?
- 10). Ar jautėtės patogiai?
- 11) Ar prisimenate kokius nors vietinės kalbos žodžius?

Tikrieji „Albatroso“ kultūros principai, kuriuos aprašė antropologai:

1. Religija yra svarbiausias dalykas, kuris organizuoja genties visą gyvenimą. Jie labai religingi žmonės.

2. Svarbiausia dievybė yra motina žemė. Tai moteriška dievybė. Viskas, kas moteriška, laikoma aukštesne gyvybės forma. Vyrai traktuojami kaip nešvarūs. Vyrams neleidžiama sėdėti ant žemės. Siekiant apsaugoti šventą motinos žemės kūną, buvo išrasti specialūs prietaisai, panašūs į mūsų kėdes. Žemė turi būti apsaugota nuo nešvaraus žmonių kūno. Kai saloje pasirodo naujas vyras, reikia labiau atsiprašyti motinos žemės nei žaidimo, kuriame pasirodo moteris. Todėl nusilenkiama tris kartus.

- 
3. Galią atsiprašyti turi tik karalienės. Jų tarnas neturi galios atsiprašyti, nes jis yra vyras.
 4. Valdžią saloje turi dvi karalienės. Jos turi tarną, kuris jiems padeda visame kame. Ceremoniją organizuoja tarnas.
 5. Vietiniai gyventojai labai nemėgsta svetimų žmonių. Jie toleruoja juos tik todėl, kad yra kanibalai ir kartais ritualiniais tikslais valgo žmogaus kūną. Kai vietiniai gyventojai mato nepažįstamus žmones, jie siaubingai keikia „Yummy, yummy“.
 6. Norint valgyti nepažįstamus žmones, reikia laikantis ritualų išvalyti jų nešvarų kūną – suvalgyti ypatingo stebuklingo maisto ir kartais išgerti stebuklingo gėrimo. Jie taip pat turi ištarti stebuklingą valomąjį užkalbėjimą: „Yummy, yummy („tegu mano purvinas kūnas tampa švarus“).
 7. Tarnas tikrina tinkamą mėsos riebumą ir sveikatą. Jis uostinėja ranką: jei mėsa gera, jis išsitraukia peilį ir prasideda puota. Jei mėsa yra sugadinta, nepažįstamasis turi būti išmestas į salos ir atsiprašoma motinos žemės.

Santrauka

Kodėl suklydote?

Esame giliai kultūriškai sąlygoti. Kultūra persmelkia tai, kaip mes mąstome ir reaguojame. Tai vyksta automatiškai ir nesąmoningai. Todėl sunku prisitaikyti naujoje vietoje. Kultūriniai skirtumai sukelia daug nesusipratimų. Dažnai atvykus į naują šalį pablogėja psichinė sveikata. Norint išvengti kultūrinio prisitaikymo problemų, reikia atverti savo protą naujoms pasaulio interpretacijoms. Tokie pratimai padeda suprasti kitą požiūrį į tikrovę.

wsb.edu.pl/mentuwell



Projektas „jaunimo psichinės gerovės išsaugojimas karo migracijos krizės metu“

Socialiniai ir edukaciniai metodai mokytojams

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
I. Pažinimo ir pažinimo metodai					
1.	Rankos pirštai	Prisistatyti pasakojant apie save pagal sutartus klausimus	Mokiniai piešia ranką. Vienas pirštas – vienas klausimas. Pavyzdžiui, mano hobis, ką šiandien veikiu, kas mane liūdina, kas man svarbiausia, jei būčiau prezidentas, darčiau... (Žibėnienė, Indrašienė, 2017).	Padedą atsiverti ir dalintis savo patirtimi Ugdo kalbos įgūdžius Padedą kurti pasitikėjimą	Vieną klausimą galima praleisti, kad mokinys galėtų pasirinkti, ką nori papasakoti savo draugams
2.	Vardas, judėjimas	Susipažinti judant	Grupės nariai sustoja arba susėda ratu. Savanoris pasako savo vardą ir parodo kokį nors judesį. Kitas asmuo taria pirmojo asmens vardą, pakartoja jo judesį, pasako savo vardą bei parodo kitą judesį. Trečiasis pakartoja pirmojo ir antrojo vardus bei judesius, pasako savo vardą ir atlieka savo judesį (Zlataravičienė, 2006).	Susipažįstama per judesį Fizinis aktyvumas padeda geriau įsiminti vardus Pakelia nuotaiką	Kad būtų lengviau, mokiniai gali pakartoti tik kaimyno vardą ir parodyti tam tikrą judesį (Zlataravičienė, 2006).
3.	Margaspalvė gėlė	Išsiaiškinti, kokios mokinių savybės yra panašios ir kokios unikalios (skirtingos)	Mokiniai suskirstomi į grupes po 3-5 asmenis ir turi nupiešti didelę gėlę su tiek žiedlapių, kiek grupėje yra asmenų. Per sutartą laiką mokiniai turi išsiaiškinti, kas jiems visiems bendra ir įrašyti gėlės viduryje (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą nustatyti grupės narių panašumus ir skirtumus Leidžia susirasti draugų, įvertinti įvairovę Stiprina kūrybiškumą	Metodas tinka visoms amžiaus grupėms. Rekomenduojama mokiniams pasiūlyti spalvotų pieštukų, kad galėtų kūrybiškai nupiešti gėlę (Žibėnienė, Indrašienė, 2017).
4.	Nuo 1 iki 20	Susikaupti ir pasiruošti mokytis	Mokiniai sustoja ratu ir kartu, po vieną skaičiuoja nuo 1 iki 20. Jei kas nors tuo pačiu metu ištaria tą patį skaičių, pradedama skaičiuoti iš naujo (Gailius ir kt., 2013).	Padedą susikaupti ir pradėti mokytis Tobulina kalbą, padeda įsiminti skaičius Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ nustumia į šalį neigiamas mintis	Metodas gali būti taikomas dažnai, pavyzdžiui, kiekvieną kartą, kai grupė pradeda darbą (Gailius ir kt., 2013).
5.	Sumuštinis	Sužinoti daugiau apie vienas ir kitą ir išsiaiškinti, kas asmeniškai svarbu (Žibėnienė, Indrašienė, 2017).	Mokiniai gauna sumuštinio piešinį, kurio kiekvienas sluoksnis – skirtinga kasdieninio gyvenimo tema, apie kurią bus kalbama (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą susipažinti Skatina atsiverti ir pasakoti apie save Tobulina kalbą Padedą kurti pasitikėjimą ir susirasti draugų	Rekomenduojama palikti vieną sumuštinio sluoksnį neįvardytą, kad mokinys galėtų pasirinkti, apie ką nori papasakoti savo draugams (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
6.	Vardas ir asmens savybės	Prisistatyti grupei atskleidžiant savo asmenines savybes	Kiekvienas grupės narys gauna popieriaus lapą, ant kurio turi vertikaliai užrašyti savo vardą. Prie kiekvienos raidės reikia parašyti po vieną ta raidę prasidedančią asmeninę savybę. Jeigu mokinyš mano, kad tokios savybės neturi, rekomenduojama parašyti kitą jam patinkančią savybę, bet ją pabrėžti kitokia spalva (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą susipažinti Skatina atsiverti ir pasakoti apie save Tobulina kalbą Padedą kurti pasitikėjimą ir susirasti draugų	Metodo taikymas trunka ilgiau, jeigu grupėje yra daug žmonių
7.	Pasiimk ir	Pažinti ir atraskite asmenines savybes	Mokiniai pasirenka norimą daiktų skaičių ir nieko daugiau neaiškina. Kai visi pasiima daiktus, atskleidžiama paslaptis – kiekvienas daiktas ar lapelis yra susijęs su viena žmogaus savybe (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Lavina tarpasmeninius įgūdžius ir supratimą Atskleidžia skirtingas asmenines savybes Tobulina kalbą	Metodą rekomenduojama taikyti su jaunesniais paaugliais. Svarbu pasirūpinant būtinomis priemonėmis. Rekomenduojama susitarti dėl bendrų savybių (pvz., man trylika metų, man gražu ir pan.) (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
8.	Papasakok apie kitą	Supažindinti kolegą susiejant klausymo ir pasakojimo veiklas	Grupės nariai susiskirto poromis. Tam tikrą laiką (pvz., 5 minutes) vienas asmuo klausinėja (ir pasižymi atsakymus), o kitas – juos atsako. Pasibaigus sutartam laikui, poros keičiasi vietomis. Papasakoja visai grupei apie savo partnerį (Žibėnienė, Indrašienė, 2017).+ib4	Padedą susipažinti Tobulina kalbą ir pristatymo įgūdžius Padedą kurti pasitikėjimą ir susirasti draugų	Pasiskirstymas poromis gali būti savarankiškas (mokiniai patys pasirenka savo partnerį) arba procesą organizuoja mokytojas (Žibėnienė, Indrašienė, 2017).
9.	Paslaptis	Sužinoti kokios savybės ir bruožai būdingi grupės nariui	Mokinių prašoma sukurti pateiktos medžiagos simbolį, kuris informatyviai atskleistų jo / jos asmenines savybes (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Skatina kūrybiškumą Padedą atsiriboti nuo negatyvios patirties Padedą atsiverti ir papasakoti apie save	Rekomenduojama pateikti įvairių kūrybinių priemonių, kurios padeda mokiniams kurti ir įgyvendinti savo idėjas. Taip pat svarbu įvertinti galimas rizikas – temperatūrą, saugumą ir kt. (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
10.	Aš po X metų	Prisistatyti ir papasakoti apie savo ateities planus	Mokinių prašoma įsivaizduoti save po tam tikro metų skaičiaus ir pristatyti savo viziją kitiems (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą atsiriboti nuo praeities Skatina įsivaizduoti savo ateitį, pripažinti ir dalintis svajonėmis, planais ir viltimis su bendraamžiais	Metodas gali būti taikomas vienam kitą pažįstantiems žmonėms, siekiant išsiaiškinti jų ateities lūkesčius (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
II. Pasirengimo mokytis metodai					
11.	Piešinys	Susikaupti ir sukurti mokymuisi palankią aplinką.	Grupės nariai susėda poromis nugara vienas į kitą, kad nematytų, ką kuris veikia. Vienas mokinys paima piešinį, o kitas – baltą popieriaus lapą ir pieštuką (arba spalvotus pieštukus). Piešinį turintis asmuo pasakoja, kas nupiešta, o piešiantysis – tai piešia (Zlatarevičienė, 2006).	Padedą užmegzti santykius Ugdo gebėjimą susikaupti ir įsiklausyti Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ nustumia į šalį neigiamas mintis	Mokytojas turi pasirūpinti reikalingomis priemonėmis: popieriumi, pieštukais ir piešiniu. (Zlatarevičienė, 2006).
12.	Stebuklinga lazdelė	Sutelkti dėmesį, skatinti bendradarbiavimą ir pasiruošti mokymuisi.	Mokiniai sustoja dviem eilėmis veidu vieni į kitą ir prieš save ištisia abiejų rankų smilius priešais juos. Ant ištisų pirštų padėta lazdelė. Asmenys, gavę lazdelę, turi ją nuleisti ant žemės, nekeisdami pirštų padėties (Gailius ir kt., 2013).	Padedą kurti santykius Skatina bendras pastangas Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ paskatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką	Lazda turėtų būti nuo 2 iki 3 metrų, tačiau tinka ir mokyklinė rodomoji (Gailius ir kt., 2013).
13.	Rankų trynimasis ir pliaukštelėjimas	Susikaupti ir pasiruošti mokytis	Mokytojas trina rankas, tada staiga pliaukšteli (tiek kartų, kiek nori) ir vėl trina. Mokiniai turėtų stengtis kuo greičiau ir tiksliau atkartoti mokytojo judesius (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą susikaupti Skatina bendras pastangas Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ paskatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką	Mokytoją gali pakeisti kitas asmuo, tačiau taisyklės išlieka tos pačios.
14.	Geometrinės figūros	Susikaupti ir pasiruošti mokytis	Mokiniai suskirstomi į keturių asmenų grupes ir turi sustoti taip, kad sudarytų geometrinę figūrą, pavyzdžiui rombą ar stačiakampį (Gailius ir kt., 2013).	Dėmesio sutelkimas į fizinę veiklą padedą susikaupti Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ paskatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką Padedą pasiruošti komandiniam darbui	Veikla gali būti organizuojama klasėje, mokyklos koridoriuje arba lauke. Kad užduotis būtų sudėtingesnė, geometrinės figūros galima suformuoti taip, kad viena būtų kitos viduje (Gailius ir kt., 2013).
15.	Kas pasikeitė	Sukurti mokymosi aplinką ir sužinoti daugiau apie bendraamžius	Mokytojas maždaug minutę rodo įvairius objektus ir staiga parodo iš pažiūros identišką vaizdą, tačiau kažko trūksta. Mokiniai turi pastebėti, kas pasikeitė (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą atsipalaiduoti ir sukurti smagią mokymosi aplinką Padedą mokiniams geriau pažinti vieniems kitus.	Rodomų objektų skaičius ir jų rodymo trukmė priklauso nuo mokinių amžiaus, asmeninių ir kitų savybių. Rekomenduojama pradėti nuo lengvesnių užduočių. Galima naudoti informacinės technologijas (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
16.	Portretas	Atsipalaiduoti, pasi-juokti ir sukurti smagią mokymosi aplinką	Prie sienos pritvirtinami popieriaus lapai, mokinių akys užrišamos skarele. Mokiniai pasiima rašiklį ir bando nupiešti savo portretą. Vedėjas gali duoti nurodymus, ką piešti (pvz., veido, akių ar nosies formą). Mokytojui davus signalą, mokiniai nutraukia piešimo veiklą ir atsimerkia (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą atsipalaiduoti ir sutelkti dėmesį Skatina kūrybiškumą Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ paskatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką	Norint paskatinti mokinius, grupės vadovas taip pat turėtų piešti savo portretą (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
17.	Akli trikampiai	Pasiruošti mokytis bendradarbiaujant	Grupė mokinių užsiriša akis, diskutuodami turi pakelti virvę nuo grindų ir padaryti lygiakraštį trikampį (visi dalyviai stovi ir abiem rankomis laiko virvę, naudojamą lygiakraščiam trikampiui sudaryti) (Gailius ir kt., 2013).	Skatina bendradarbiavimą Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ paskatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką	Rekomenduojama sudaryti aklą trikampį iš 12 arba 15 žmonių (gali būti kelios grupės). Kadangi mokiniai yra užrištomis akimis, labai svarbu užtikrinti saugumą (Gailius ir kt., 2013).
18.	Skulptūros	Pasiruošti mokytis bendradarbiaujant	Mokiniai suskirstomi į 5-6 žmonių grupes. Kiekviena grupė per sutartą laiką turi pastatyti skulptūrą. Mokytojas žodžiu ar raštu kiekvienai grupei nurodo skulptūros tipą. Svarbu, kad kitos grupės nežinotų, kokia skulptūra statoma. Kitos grupės turi atspėti, kas vaizduojama, ir pasiūlyti skulptūros pavadinimą (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).	Padedą mokiniams susikaupti ir bendradarbiauti Sukuria smagią mokymosi aplinką Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ paskatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką	Rekomenduojama supažindinti mokinius su saugios veiklos taisyklėmis ir prižiūrėti siekiant užtikrinti saugumą (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).
19.	Džiazo koncertas	Atsipalaiduoti, išmokti klausytis kitų ir sukurti darnią grupę	Kiekviena grupė, organizuodama ir pristatydama trumpą koncertą, turėtų naudoti įvairius asmeninius ar mokyklinius reikmenis (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).	Padedą mokiniams atsiriboti nuo praeities problemų ir susitelkti į čia ir dabar Skatina bendradarbiavimo pastangas Stiprina kūrybiškumą	Jei mokinių yra daugiau nei 8 ar 10, rekomenduojama suskirstyti juos į grupes. Koncertas gali būti organizuojamas ekspromtu arba iš anksto surepetavus (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).
20.	Traukinukas	Pasiruošti mokytis bendradarbiaujant bei ugdyti atsakomybę ir pasitikėjimą vienas kitu	Dalyviai išsiskaičiuoja pirmais – penktais. Mokiniai, turintys tą patį skaičių, susiburia į grupes ir sudaro atskirus traukinius laikydami vienas kitą už pečių. Traukinio priekyje esantys mokiniai (mašinistai), atsimerkia, o visi kiti užsimerkia. Traukiniai pradeda judėti. Mašinistai turi apsaugoti visus nuo susidūrimų (Barkauskaitė, 2006).	Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ skatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką Skatina pasitikėjimą ir bendradarbiavimą Sustiprina ne tik regėjimo pojūčius bei koordinaciją	Šis metodas rekomenduojamas erdvioje ir saugioje patalpoje. Rekomenduojama, kad asmenų skaičius kiekviename traukinyje būtų panašus, geriausia – 4 asmenys (Barkauskaitė, 2006).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
III. Socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymo metodai					
21.	Trys pokyčiai	Atsipalaiduoti, pasijuokti, sukurti smagią mokymosi aplinką	Mokiniai sustoja poromis. Mokytojas prašo maždaug minutę atidžiai pažvelgti vienas į kitą. Tada mokiniai nusuka ir atlieka 3 pakeitimus, bet nieko nekomentuoja ir neparodo. Mokytoju davus ženklą mokiniai turi pasakyti, kas pasikeitė (Gailius ir kt., 2013).	Skatina geras emocijas Ugdo pastabumą Padedą atsipalaiduoti ir sukurti smagią mokymosi aplinką	Rekomenduojama pokyčių metodą taikyti bet du ar tris kartus ir perspėti mokinius nenuieiti lengviausiu keliu (Gailius ir kt., 2013).
22.	Komplimentų ratas	Sukurti smagią mokymosi aplinką ir ugdyti pastabumą	Mokiniai sustoja poromis dviem ratais: išoriniu ir vidiniu. Sako komplimentus žiūrėdami vienas kitam į akis. Išorinis ratas sukasi, o vidinis stovi vietoje kol visi žaidimo dalyviai vieni kitiems pasako komplimentą (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Išlaisvina kūrybiškumą Ugdo pastabumą Padedą atsipalaiduoti ir smagiai praleisti laiką	Rekomenduojama taikyti šį metodą tiek mokymosi veiklos metu, tiek po jos (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
23.	Oro balionai	Pasiruošti bendradarbiauti, sukurti smagią mokymosi aplinką įvardinti lūkesčius ir baimes	Mokiniai užrašo savo lūkesčius ir baimes ant bendro lapo su nupieštu oro balionu ir smėlio maišais. Oro balionas – grupės narių lūkesčiai, susiję su bendra veikla (kas pakelia aukštyn). Karšto oro baliono krepšys – grupės narių sugebėjimai, o smėlio maišai – baimės (Gailius ir kt., 2013).	Padedą išmokti dalintis savo jausmais ir emocijomis, išlaisvinti stresą Plėtoja komandinį darbą	Kiekvienam grupės nariui gali būti duodami skirtingų spalvų rašikliai, kad situacija būtų aiškesnė. Galite rašyti ant lipnių lapelių ir klijuoti juos atitinkamose oro vietose ant baliono (Gailius ir kt., 2013).
24.	Bokšto statyba	Ugdyti bendradarbiavimo gebėjimus, sukurti smagią mokymosi aplinką	Mokiniai suskirstomi į kelias grupes, jiems suteikiamos tos pačios priemonės arba leidžiama jas pasirinkti patiems. Užduotis – pastatyti kuo aukštesnį ir gražesnį bokštą, kuris: neturėtų žlugti; būti bent metro aukščio, būti gražus, įdomus ir atitikti temą (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).	Padedą mokytis bendradarbiauti Išlaisvina kūrybiškumą Susikoncentravimas į „čia ir dabar“ paskatina teigiamas mintis ir gerą nuotaiką	Gali būti įtrauktos papildomos sąlygos (pvz., grupėms gali būti suteiktos skirtingos ar panašios struktūros medžiagos, dėl kurių turėtų derėtis, keistis ir dalintis (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).
25.	Parašų rinkimas	Pasiruošti bendradarbiauti ir sukurti smagią mokymosi aplinką	Kiekvienas mokinytis gauna lapą su užduotimis. Per nustatytą laiką turi surasti žmogų, su kuriuo galėtų atlikti užduotį ir atlikus patvirtinti tai parašu (Gailius ir kt., 2013).	Padedą mokytis komandinio darbo Tobulina kalbą Sukuria bendraamžių palaikomą mokymosi aplinką	Užduotys gali būti įvairios: susijusios arba nesusijusios su mokymosi tema (kam nors ką nors pasakyti, atlikti x-darbą grupės draugui ir pan.) (Gailius ir kt., 2013).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
26.	Citrina	Ugdyti jutimo, uoslės pojūčius, pastabumą	Mokiniai susėda ratu, kiekvienam paduodama po citriną, ant kurios užrašo skaičių. Tas pats skaičius užrašomas ir ant rankos. Per skirtą laiką mokinys turi pajusti savo citriną ir pabandyti prisiminti jos formą. Tada mokytojas surenka citrinas ir sudeda jas lengvai pasiekiamose vietose. Mokiniai užrištomis akimis turi surasti savo citriną. (Kjærgaard, Martinėnienė, 1996, cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą susikaupti ir atkreipti dėmesį į detales Tobulina mokymosi bendradarbiaujant įgūdžius ir patirtį	Svarbu užtikrinti saugią aplinką. Citriną galima pakeisti kitu vaisiumi (Kjærgaard, Martinėnienė, 1996, cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
27.	Žuvis	Ugdyti bendradarbiavimo įgūdžius	Kiekvienai 5-6 žmonių grupei suteikiamas vienodas popieriaus lapų, lipni juosta, du spalvoti pieštukai ir žirklys ir paprašoma padaryti žuvis. Vienas iš grupės narių viską stebi ir užrašo, kas trukdo ir kas padeda grupei (Kjærgaard, Martinėnienė, 1996, cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Skatina komandinį darbą Pagerina kalbos ir bendravimo įgūdžius Ugdo kūrybiškumą	Užduoties trukmė priklauso nuo grupės ypatybių (Kjærgaard, Martinėnienė, 1996, cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
28.	Bendras pavėkslas	Ugdyti mokinių bendradarbiavimo įgūdžius ir kritinį mąstymą, organizuoti jų mokymosi patirtį	Mokiniai, dirbantys mažose grupėse per skirtą laiką sukuria savo piešinį tam tikra tema. Tada lapas perduodamas kitai grupei, kuri piešinį užbaigia savo užrašais ir piešiniais (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą sutelkti dėmesį į „čia ir dabar“ Stiprina bendradarbiavimą Skatina kūrybiškumą ir kalbinius įgūdžius	Rekomenduojama aptarti taisykles, nes kai kurios grupės nepriima kitų grupių papildymų ir pyksta, kad sugadino savo gražų bendrą piešinį. Geriausias mokinių bendradarbiavimas vyksta tada, kai kiekviena grupė dirba ta pačia tema (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
29.	Sniego kamuolys	Sužinoti, kodėl tam tikra tema svarbi skirtingiems žmonėms ir išmokyti bendradarbiauti.	Mokiniais užduodamas klausimas. Pirmiausia turi susirasti atsakymą savarankiškai, užrašyti svarbiausius dalykus ir palikti vietą korekcijoms. Tada susėda poromis ir lygina savo užrašus (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą mokytis bendradarbiauti Gilina supratimą apie požiūrių įvairovę Tobulina kalbų mokėjimą	Metodas gali būti taikomas siekiant įvairių tikslų (pvz., prieš pamoką siekiant padėti išsiaiškinti, ką mokiniai jau žino: sprendžiant problemą ar pamokos pabaigoje turinio apibendrinimui Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
30.	Idėjų mugė	Lavinti mokinių kūrybiškumą ir bendravimo įgūdžius	Kiekvienas mokinys turi sugalvoti idėją, kūrybiškai ją iliustruoti ir per 20 minučių pristatyti savo idėją kuo didesniai kolegų ratui (Gailius ir kt., 2013).	Padedą sutelkti dėmesį į „čia ir dabar“ Tobulinti kalbų įgūdžius Stiprina kūrybiškumą, argumentavimo ir bendravimo įgūdžius.	Į idėjos generavimo ir pateikimo etapą rekomenduojama įtraukti refleksijos metodą (Gailius ir kt., 2013).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
IV. Turinio suvokimo ir analizės metodai					
31.	Pasakojimas	Sudominti mokinius vaizdingai pristatant temą	Pasakoti istorijas, varijuojant tonu, turiniu ir mimika (Pečiuliauskienė ir Barkauskaitė, 2011).	Pasakojimas veikia žmonių jausmus ir emocijas Lavina vaizduotę Ugdo moralines vertybes	Rekomenduojama pasakojimo temą pasirinkti atsakingai ir apgalvotai. Pasakojimą pagrįsti faktais. Mokinių patirtis gali būti įtraukta į pasakojimą (Pečiuliauskienė ir Barkauskaitė, 2011).
32.	Aiškinimas	Sąvokų, įstatymų, taisyklių, reiškinių ir pavyzdžių aiškinimas	Aiškiai ir nuosekliai įrodyti, pateikti tinkamus pavyzdžius. Svarbu atskleisti temą, parodant dalies ir visumos santykius, palyginti, susisteminti, apibendrinti (Rajeckas, 1999, cituota Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Aiškinimas veikia žmonių jausmus ir emocijas Padeda geriau suprasti reiškinių ir jo santykius, loginę seką	Aiškinant patartina neskubėti, būti struktūruotam, nuosekliai, glaustam, kartoti, pabrėžti, apibendrinti. Labai svarbu vengti nesvarbių detalių, kurios apsunkina paaiškinimą (Rajeckas, 1999, cituota Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
33.	Teksto žymėjimas	Įsiminti svarbiausią informaciją, išsiaiškinti objekto esmę ir ypatumus	Mokiniai turi atskirti kelias skirtingas informacijos kategorijas ir pažymėti skirtingomis spalvomis (Javtokas, Babravičienė, 1999, cituota Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padeda sutelkti dėmesį į turinį Kuria loginius ryšius Padeda prisiminti dalyko esmę	Metodas yra plačiai paplitęs ir padeda įsiminti, suprasti turinį, gali būti naudojamas visoms amžiaus grupėms.
34.	Akiniai	Įvertinti temą ar reiškinį iš įvairių perspektyvų	Mokytoja įvardija temą, mokiniai diskutuoja iš skirtingų perspektyvų (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padeda ugdyti empatiją ir supratimą Skatina kūrybiškumą Padeda išvengti stereotipinio mąstymo	Metodas gali būti naudojamas individualiai ir grupėse. Tai puikiai dera su kitais metodais ir leidžia mokiniams pamatyti skirtingus temos aspektus ir keisti savo požiūrį (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
35.	Minčių žemėlapis	Suprasti sąvokų reikšmę ir nustatyti hierarchinius santykius	Mokytojas įvardija temą, kuri skirta išsamiai diskusijai (Anderson, 1993, cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padeda plėtoti loginę seką Ugdo kūrybiškumą Pagerina analitinius ir įtikinimo įgūdžius	Mokiniai gali dirbti individualiai ar mažose grupėse. Norint prasmingai mokytis, pirmiausia reikia suvokti sąsajas tarp skirtingų teksto elementų (Anderson, 1993, cituota Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
36.	Žuvies kaulų schema	Analizuoti problemas, jų priežastis, pasekmes ir poveikį bei planuoti, kaip pasiekti tikslą	Galimos priežastys pateikiamos keliais išsamumo ir tarpusavio sąsajų lygmenimis. Išorinės diagramos šakos, kurios jungiasi prie vidinių, nustato pastarųjų priežastis. Vadinas, atokiausia šaka paprastai nurodo tikrąsias problemos priežastis (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Pagerina analitinius įgūdžius Padeda rasti problemos priežastis ir padarinius	Rekomenduojama skatinti besimokančiuosius apibrėžti ir pabrėžti viską, kas galėtų tapti pagrindine priežastimi. Labiau patyrusiems besimokantiejiems reikėtų patarti pridėti daugiau šakų arba pasirinkti skirtingas kategorijas. Ši technika gali būti naudojama individualiai arba grupėje – ji puikiai tinka derinant grupinį ir individualų darbą (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
37.	T schema	Ugdyti mokymosi bendradarbiaujant įgūdžius ir mokinių gebėjimą argumentuoti, aiškiai reikšti savo nuomonę	Tuščias popieriaus lapas padalinamas į dvi lygias dalis (raide T). Temos pavadinimas parašytas viršuje, kairėje pusėje visi į patvirtinantys teiginiai, o dešinėje pusėje juos paneigiantys argumentai. Taikant T schemą, svarbu nurodyti užduoties temą, pagrindinę mintį, trukmę ir tikslą. (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padeda tobulinti analitinius įgūdžius ir argumentavimo įgūdžius. Ugdo kalbinius gebėjimus Skatina loginį mąstymą	Metodas taip pat gali būti naudojamas kaip kaip mokymosi ir kaip vertinimo metodas, turintis skirtingus tikslus: ugdyti kritinį mąstymą (pvz., išmokyti aptarti problemas, susisteminti išgirstas nuomones ar skatinti diskusiją. Šis metodas puikiai tinka vertinant mokinių gebėjimą argumentuoti (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
38.	Diskusija	Ugdyti ir vertinti besimokančiųjų gebėjimą diskutuoti ir argumentuoti	Debatų yra apie dvi priešingų nuomonių komandas, kurios susitinka, aptaria problemas ir kovoja žodžiu įrodyti savo tiesą kitam asmeniui (Gutauskienė, Paškienė, 2011, cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Skatina kritinį mąstymą Pagerina kalbos ir bendravimo įgūdžius Praturtina turinio žinias	Metodas reikalauja ne tik tinkamo pasiruošimo, bet ir metodų bei taisyklių supratimo ir būti budriems klausantis teiginių (Gutauskienė, Paškienė, 2011, cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
39.	Apskrito stalo diskusija	Ugdyti rašytinius bendravimo įgūdžius	Mokytojas pateikia problemą, mokiniai užrašo savo mintis apie ją ant popieriaus lapo ir siunčia lapą kitam mokiniui. (Šiaučiukėnienė, Visockienė, Talijūnienė cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Skatina mokytis bendradarbiaujant Ugdo kalbos gebėjimus	Diskusijos trukmė priklauso nuo didaktinių tikslų ir grupės pasiruošimo. Mokytojas turi stebėti grupės darbą, ir duoti kiekvienam mokiniui skirtingos spalvos rašiklį (Šiaučiukėnienė, Visockienė, Talijūnienė cituota iš Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
40.	Kampai	Mokytis diskutuoti, lavinti bendravimo ir klausymo įgūdžius	Mokytojas pasirenka temą ir pateikia keturis teiginius, kurie parašyti ant didelių popieriaus lapų ir pakabinti kampuose kampuose. Kiekvienas mokinys nusprendžia, kuriam požiūriui ar temai pritaria ir eina į pasirinktą kampą. Kiekvieno kampo dalyviai kartu pasirodo bendrai diskusijai (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Pagerina kalbos ir bendravimo įgūdžius Padeda susirasti bendraminčių draugų Skatina kritinį mąstymą	Diskusijų teiginiai nebūtinai turi būti keturi. Jei nėra vienas mokinys nepasirenka tam tikro kampo (požiūrio), netikslinga taikyti šį metodą (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
V. Refleksija					
41.	Lagaminai	Grupinė refleksija	Ant dviejų didelių lapų nupiešti du dideli lagaminai (po vieną ant kiekvieno lapo). Mokiniai turi parašyti ant kiekvieno lagamino: ką jie išmoko, kas jiems patiko, kas buvo naudinga veiklai. Lagaminai gali keliauti ratu, o kiekvienas mokinys savo pastebėjimus užrašo viename iš jų (Gailius ir kt., 2013).	Padedą išmokti reflektuoti Padedą įvertinti mokymosi procesą Plėtoja komandinį darbą	Mokytojui svarbu, kad mokiniai sužinotų kitų nuomonę ir garsiai perskaitytų kitų mokinių patirtį (Gailius ir kt., 2013)
42.	Aktyvus susirinkimas	Konstruktiviai apmąstyti dabartinę ir būsimą mokymosi veiklą	Mokiniai skirstomi į grupes. Kiekviena grupė išsirenka sekretorių, kuris užrašo, ką sako grupės nariai. Grupė diskutuoja apie stiprybes, silpnybes, grėsmes ir galimybes (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą mokytis demokratijos Skatina kritinį mąstymą Pagerina kalbos, argumentavimo ir bendravimo įgūdžius	Metodas rekomenduojamas, kai siekiama išsamiai ir atvirai išanalizuoti iškilusias problemas ir nustatyti galimus sprendimo būdus (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
43.	Žodžiai	Organizuoti žinias ir apmąstyti mokymosi patirtį	Mokiniai pirmiausia dirba individualiai ir užrašo 2 ar 3 žodžius, susijusius su pamokos tema. Tada grupė padalijama į dvi dalis. Pirmoji grupė pasako vieną žodį bet kuriam kitos grupės pasirinktam asmeniui. Antroji grupė turi sugalvoti sakinį, kuriame yra žodis ir susijęs su pamokos tema. Jei mokinys nesugalvoja sakinio, jis turi atsistoti ir stovėti, kol gaus progą kalbėti antrą kartą (Lastauskienė, 2013).	Tobulina kalbos ir bendravimo įgūdžius Padedą apmąstyti įgytas žinias Pagerina komandinį darbą	Rekomenduojama susitarti, kiek sekundžių leidžiama galvoti sakinį su įvardytu žodžiu.
44.	Mozaika	Lavinti mokinių refleksijos įgūdžius išreiškdami savo nuomonę įvairiais klausimais.	Pirma, pristatoma tema. Tada tema ar klausimas apmąstomas pagal jiems suteiktas spalvas ir reikšmes (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Skatina kritinį mąstymą Pagerina kalbos ir bendravimo įgūdžius Padedą analizuoti mokymosi patirtį	Metodas gali būti naudojamas probleminei situacijai apmąstyti. Spalvų skaičių ar jų reikšmes galima pasirinkti pagal poreikį (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
45.	Saldžioji refleksija	Lavinti mokinių refleksijos įgūdžius tiksliai ir greitai išsakant savo nuomonę	Mokytojas vaišina vaikus saldumynais ir siūlo jiems imti tiek, kiek nori. Tada mokiniai suskaičiuoja, kiek kiekvienas iš jų turi saldumynų. Mokytojas užduoda klausimą ir prašo mokinio atsakyti tiek žodžių, kiek jis turi saldumynų (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Sukuria malonią mokymosi patirtį Padedą susieti savo veiksmų priežastis ir pasekmes Tobulina kalbos ir bendravimo įgūdžius	Mokytojas gali sudaryti papildomas sąlygas (pvz., paprašyti mokinių atsakyti į klausimą naudojant tik būdvardžius) (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).

Ne.	Titulinis	Tikslas	Apibūdinimas	Taikymo migrantams privalumai	Praktiniai patarimai
46.	Jausmų kvadratas	Vystyti mokinių refleksijos įgūdžius išsakant savo nuomonę	Po grupinės veiklos nariams suteikiama popierinė figūra, kuri yra viena bendros figūros dalis. Kiekvienas mokinyas užrašo, ką jautė mokydamasis grupėje. Tada grupės nariai sudeda savo figūros dalis į bendrą visumą. Svarbu aptarti, kas ir kodėl suformavo jausmų kvadratą (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).	Padedą įvardinti ir analizuoti jausmus Tobulina kalbos ir bendravimo įgūdžius Pripažįsta grupės refleksijos svarbą	Metodas rekomenduojamas baigus veiklą, tačiau, jei reikia, gali būti taikomas veiklos metu (Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje, 2005).
47.	Gerbiu ir pasi-tikiu	Sužinoti sąvokas ir apibrėžimus	Mokiniai susėda ratu ir kiekvienas iš jų gauna po 3-5 raudonas korteles ir 3-5 mėlynas korteles. Kiekvienas mokinyas turi duoti savo raudoną kortelę asmeniui, kurį gerbia, ir savo mėlynąją kortelę asmeniui, kuriuo pasitiki. Kiekvienas grupės narys turi išdėstyti visas gautas korteles. Grupės vadovas sudaro vaizdinę kortelių schemą (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Skatina komandinį darbą Moko apie pagarbos ir pasitikėjimo svarbą Ugdo kalbos ir bendravimo įgūdžius	Mokiniai, kurie negauna jokių kortelių arba turi tik vieną kortelę, gali jautriai sureaguoti, mokytojas turėtų valdyti situaciją ir reakcijas (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
48.	Spalvų ratas	Ugdyti refleksijos įgūdžius, parodyti grupės narių skirtumus ir panašumus	Veiklos pradžioje labai svarbu paaiškinti, kad mokymosi grupės nariai gali būti labai skirtingi, bet visi vienodai svarbūs asmenys. Taip pat būtina pabrėžti, kad tas pats asmuo gali būti vertinamas iš skirtingų perspektyvų. Po įvado kiekvienam mokiniui duodamas baltas popieriaus lapas ir kiekvienam asmeniui nupiešti spalvų ratą bei paaiškinti, kokią spalvą ir kodėl priskyrė konkrečiam grupės nariui (Gailius ir kt., 2013).	Didina supratimą apie įvairovę Ugdo kalbos ir bendravimo įgūdžius.	Rekomenduojama pateikti įvairių piešimo medžiagų (pvz., guašą, vaško pieštukus, pieštukus ir kt.). Svarbi ne tik spalva, bet ir terpė (Gailius ir kt., 2013).
49.	Valtys jūroje	Lavinti refleksijos įgūdžius, kritiškai vertinti savo veiklą.	Mokiniais pateikiami plakatai, klausimas, tema ar užduotis. Mokiniai piešia jūrą su dviem krantais – vienu lapo viršuje ir vienas apačioje. Jūra yra aluzija į ugdymo procesą tam tikru laikotarpiu (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą apmąstyti per vaizdines priemones Skatina kritinį mąstymą Stiprina kūrybiškumą	Šis metodas padeda mokiniams įvertinti, kaip sekėsi atlikti užduotį, asmeninius mokymosi pasiekimus, indėlį į grupės veiklos rezultatą (Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).
50.	Pasaga	Atskleisti skirtingus požiūrius į veiklą	Pasagos formos figūra formuojama ant grindų virve, o mokiniai stovi ant jos. Mokytojas pateikia tam tikrus teiginius, o mokiniai atsako pasirinkdami tinkamą vietą ant pasagos. Jei jie visiškai sutinka su teiginiu, atsistoja dešinėje pasagos pusėje. Jei nesutinka – kairėje. Vidury atsistoja tie, kurie nei sutinka, nei nesutinka, arba neturi nuomonės (Godvadas, Jasienė, Malinauskas, cituota Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).	Padedą sutelkti dėmesį į "čia ir dabar" Lavina kritinius ir reflektavimo įgūdžius. Skatina komandinį darbą ir grupinę refleksiją.	Klausimus gali užduoti ne tik mokytojas, bet ir mokiniai. Metodas parodo, kur slypi problema, tada galima organizuoti diskusiją ar kitokias refleksijos formas, siekiant rasti problemos sprendimą (Godvadas, Jasienė, Malinauskas, cituota Žibėnienė ir Indrašienė, 2017).

LITERATŪRA

Anderson, J. V. Mind Mapping: a Tool for Creative Thinking, Business Horizons, 36(1) 1993.

Antikorupcinio ugdymo galimybės bendrojo lavinimo mokykloje. Vilnius: Šiuolaikinių didaktikų centras, 2005.

Barkauskaitė, M. Suaugusiųjų pedagogikos gairės. Vilnius: VPU leidykla, 2006.

Bennett, B.; Rolheiser-Bennett, C.; Stevahn, L. Mokymasis bendradarbiaujant. V Garnelis, 2000.

Cameron, J.; Lively, E. Kaip ugdyti vaikų kūrybingumą. Vilnius: Alma littera, 2015.

Gailius, Ž.; Malinauskas, A.; Petkauskas, D.; Ragauskas, L. Darbo su jaunimo gru vadovas. Neformaliojo ugdymo praktika Lietuvoje. Vilnius: Lietuvos neformaliojo ugdymo asociacija, 2013.

Lastauskienė, A. Apmąstyk ir veik! Refleksijos metodai ir rekomendacijos mokymosi procese, 2015.

Zlataravičienė, A. ir kt. Patyrimo pedagogika ir jos taikymas. Vilnius: Jaunimo reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos, 2008.

Žibėnienė, Gintautė. Indrašienė, Valdonė. Šiuolaikinė didaktika. Vilnius: Registrų centras, 2017.



wsb.edu.pl/mentuwell