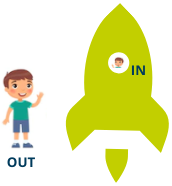
**PROBLEMŲ EKSTERNALIZAVIMAS**



**PAGRINDINĖS FUNKCIJOS**

| Geresni įgūdžiai | TIKSLŲ IŠSIKĖLIMAS – DĖMESYS SPRENDIMAMS |
| --- | --- |
| Tinka | Mokytojai, mokiniai |
| Sudėtingumo lygis | Žemas |
| Parametras | Grupinis, individualus |
| Dalyvių skaičius | Ne mažiau kaip 1 |
| Vidutinė trukmė | 60 minučių |
| Speciali įranga ir (arba) medžiagos | Ne |
| Internetinė versija | Taip |

1. **APIBŪDINIMAS**

Praktika vykdoma pokalbio forma ir susideda iš dviejų dalių, plius paskutinis refleksijos etapas.

Pirmoje dalyje pagrindinis dėmesys skiriamas asmeninėms savybėms, kurias asmeniui (kaip pašnekovui ar jo atspindinčiai praktikai) gali būti sunku ar nelaiminga. Šiuo atveju pagrindinis dėmesys skiriamas būdvardžiams, kuriuos respondentas gali taikyti sau.

Antroje dalyje asmens prašoma pakeisti savo kalbą, paverčiant būdvardžius įantives, sutelkiant dėmesį į daiktavardžius, o ne būdvardžius. Atsakymai susiję su vardų pateikimu, siekiant nustatyti išorines apklausiamojo būsenas. Taigi paskutinis apmąstymų žingsnis galėtų padėti geriau suprasti praktiką ir turėti įtakos asmeniniam tobulėjimui.

1. **TIKSLAS / NAUDA**

Ši praktika yra įsišaknijusi naratyvinių praktikų tradicijoje (Bruner, 1990; Balta, 2007).

Naratyvinės praktikos praktikai dažnai pastebi, kad kai kalbame apie problemas irbūdvardžius, mes juos internalizuojame, tai yra, matome juos kaip savęs atspindžius.

Tačiau kai kalbame apie sudėtingą situaciją kaip daiktavardį, mes jį užsakome. Užsakomosios problemos reiškia, kad mes turime daugiau galimybių valdyt isavo gyvenimą, nes tai padeda padaryti erdvę tarp asmens ir problemos. Per užsakomąsias paslaugas asmuo nebėra apibūdinamas kaip "problema", bet yra "susijęs su problema".

Naratyvo pedagogai atkreipia dėmesį, kad požiūris į problemas kaip į vidines žmonėms yra per didelis supaprastinimas.

Priešingai, jie rodo, kad problemos kuriamos socialiniame kontekste, kur nustatomi kriterijai, kas yra "teisinga" ir kas yra "neteisinga", kas "atsitiko" ir kas yra "problema". Naudojant užsakomąją kalbą atsižvelgiama į tai, kad visi žmonės, susiję su tuo konkrečiu kontekstu, tiesiogiai ar netiesiogiai prisideda prie problemos kūrimo, todėl kiekviena problema yra ne vieno asmens aspektas, o socialinė problema.

Dėl to užsakomųjųpokalbių naudojimas klasėje gali būti tikrai naudingas valdant jos klimatą, nes taip išvengiama vieno mokinio ar mokytojo kaltinimo procesų ir skatinami visi, dalyvaujantys veiksme, valdyti problemą.

Taigi pagrindinisšios praktikos tikslas yra išmokyti, kaip perduoti problemas naudojant kalbą individualioje ir (arba) socialinėje sąveikoje (pvz., Interviu).

Ši praktika yra pasakojimo praktikų kryžiaus irpozityviosios psichologijos optimizmo didinimo pavyzdys. Teigiamiems psichologams optimistiškai mąstantys žmonės dažnai mato problemas kaip diskretišką įvykį, o ne savęs atspindį.

Nauda yra susijusi su teigiamu poveikiu asmeninėms strategijoms, skirtomsproblemoms spręsti, arba su tuo, kuo žmonės nėra patenkinti. Mokyklos kontekste tai gali būti mokytojų profesinė patirtis bendradarbiaujant su kolegomis arba mokinių įtraukimas į klasės aplinką.

1. **SUSIJĘ ĮGŪDŽIAI**

* TIKSLŲ NUSTATYMAS (3 grupė)
* DĖMESYS SPRENDIMAMS (grupavimas Nr. 5)

***Tas***

1. Pirmoji grupė, dalyvaujanti šioje praktikoje, yra 3 klasteris "Tikslų nustatymas", kuris grindžiamas idėja, kad mokinių ir mokytojų lūkesčiai (tiek klasės klimato, tiek dalykų mokymo/mokymosi požiūriu) daro įtaką vienas kitam, paaiškindami jų tikslus. Konkrečiau, praktika yra orientuota į ateitį, o tai reiškia, kad užsakomųjų paslaugų problemos gali padėti mokytojams ir mokiniams rasti sprendimus, kuriuos būtų galima pritaikyti vėlesniuose jų klasės rutinos etapuose ir įvykiuose .
2. Su šiuo punktu susijęs 5 numerio "Dėmesys sprendimams" grupė. Užsakomųjų paslaugų problemos gali padėti "sutelkti dėmesį į tai, kas veikia" ir šiek tiek labiau išryškinti perėjimą nuo problemų sprendimo prie sprendimų kūrimo. Šios praktikos atveju užsakomųjų paslaugų problema yra naujo požiūrio į sprendimų paieškai mokytojams ir studentams pagrindas. Šiuo požiūriu užsakomųjų paslaugų praktika siūlo kitokį mąstymo ir kalbėjimo apie sunkumus klasėje būdą.
3. **KAIP ATLIKTI PRAKTIKĄ**

***1 žingsnis / paruošimas***:

Kaip jau minėta, praktika gali būti labai įdomi, kai ji vykdoma pokalbio forma. Taigi pravartu vesti pokalbį tarp dviejų mokytojų ar mokinių porų (pašnekovo ir pašnekovo) ar net tarp mokytojų ir mokinių, užduotikeletą klausimų ir apklausti vienas kitą paeiliui. Alternatyva yra vieno asmens šios praktikos taikymas, kad mokytojai ir studentai galėtų apklausti vienas kitą ir parašyti atsakymus ant popieriaus lapo. Kaip ir su visomisTASC siūlomomis praktikomis, susiraskite ramią vietą mokykloje praktikuotis.

***2 veiksmas: užklausa su būdvardžiais***

Praktika prasideda nuo to, kad pašnekovas paprašo pašnekovo pagalvoti apie savo asmenines savybes, kurios jam atrodo sunkios, kuo jis nėra patenkintas, kurios gali sukelti problemų arba kurias jis norėtų pakeisti. Pašnekovas prašo pašnekovo atkreipti dėmesį į šią savybę kaip būdvardį (pavyzdžiui: tingus, neorganizuotas, įtemptas, hiperaktyvus, nerimastingas, nuotaikingas, niūrus ir tt).

Tada pašnekovas paprašo pašnekovo atsakyti į šiuos klausimus:

1. Kaip tapote...?
2. Darykite dalykus, kai esate ... Ką paprastai darytumėte, jei nebūtumėte...?
3. Ar šiuo metu patiriate sunkumų, nes esate...?
4. Koks tavo įvaizdis apie save, kai esi...?

***3 veiksmas: užklausa su pavadinimais***

Antroji praktikos dalis yra pats fas iružsakomosios paslaugos, kuriose pašnekovas prašo pašnekovo atsižvelgti į tą pačią savybę ir paversti ją daiktavardžiu (pavyzdžiui: tinginystė, dezorganizacija, stresas, hiperaktyvumas, nerimas, nuotaika ir kt.). ).

Tada, kaip ir atliekant 2 veiksmą, pašnekovas paprašo pašnekovo atsakyti į šiuos klausimus:

1. Kas jus padarė pažeidžiamą...?
2. Kokiomis aplinkybėmis labiausiai tikėtina, kad... gali perimti situaciją?
3. Kokį poveikį tai turi... Apie savo gyvenimą ir santykius su kitais žmonėmis?
4. Ar tai atnešė jums kokių nors sunkumų, su kuriais galite susidurti dabartyje?
5. Buvo laikai, kai... Jis galėjo kontroliuoti situaciją, bet jūs neleidote tam įvykti?

***4 žingsnis: pakeiskite vaidmenis ir pradėkite iš naujo!***

Po antrosios dalies dalyviai gali apsikeisti vaidmenimis ir pradėti nuo pradžių, pradedant nuo vidinės būsenos atšildymo, o tada ją išnaudojant išoriniame pasaulyje.

1. **BAIGIAMASIS SVARSTYMAS**

Praktika reikalauja galutinio apklausos refleksijos režimu, kuriame tik dalyviai apmąsto tai, ką ką tik išmoko.

Paskutiniai klausimai būtų tokie:

* Koks buvo atsakymas į klausimus apie būdvardžius ir daiktavardžius?
* Kas privertė susimąstyti ir pajusti būdvardžius?
* O kaip dėl klausimų apie vardus?
* Ar pastebėjote skirtumų tarp kalbėjimo apie kažką kaip būdvardį ir kaip daiktavardį?
* Jei pastebėjote kokių nors skirtumų, kokie jie buvo?

1. **SPECIALI ĮRANGA IR (ARBA) MEDŽIAGOS**

Vienintelės reikalingos priemonėsyra pieštukas ir popierius būdvardžių ir daiktavardžių sąrašams rašyti.

1. **PATARIMAI**

Tai viena iš nedaugelio TASC praktikų, kurią taip pat galima atlikti individualiai. Taigi, alternatyva poros versijai yra vieno asmens šios praktikos taikymas, kad mokytojai ir studentai galėtų apklausti vienas kitą ir parašyti atsakymus ant popieriaus lapo. Atsižvelgiant į tai, kad klasės ir mokyklos klimatas yra socialiniai procesai ir dinamika, mokytojai ir studentai gali praktikuoti praktiką pirmiausia savarankiškai, kad ji veiktų ir suprastų bendrąužsakomųjų paslaugų proceso logiką, o tada tai padarytų bent su pora (mokytoju, studentu).

Kitas variantas galėtų būti bendradarbiavimo praktikos versija, prašanti mokinių grupių kolektyviai apmąstyti būdvardžius ir daiktavardžius, kad apibūdintų ir perduotų savo elgesį (pavyzdžiui, esant konfliktams tarp skirtingųklasės grupių.

1. **INTERNETINĖ VERSIJA**

Galite nustatyti internetinę versiją naudodami šiandien prieinamus vaizdo konferencijų įrankius, tokius kaip "Google Meet", "Zoom" ir kt. Parengiamoji veikla yra tokia pati, kaip ir veiksmai, kurių reikia laikytis.

1. **BIBLIJOSIOGRAFIJA - SITOGRAFIJA**
2. Bruneris, J. (1990). Prasmės aktai. Harvardo universiteto leidykla.
3. Balta, M. (2007). [Naratyvinės praktikos žemėlapiai](https://dulwichcentre.com.au/product/maps-of-narrative-practice-michael-white/). Niujorkas, NY: W. W. Nortonas.
4. Taragonos. M. (2019). Teigiamos tapatybės: naratyvinės praktikos ir positive psichologija.