**GAUSUS UŽKANDIS!**



**PAGRINDINĖS FUNKCIJOS**

| Geresni įgūdžiai | KŪRIMAS - LYDERYSTĖ - DĖMESYS SPRENDIMAMS |
| --- | --- |
| Tinka | Mokytojai, mokiniai |
| Sudėtingumo lygis | Aukštas |
| Parametras | Grupė |
| Dalyvių skaičius | 12 ar daugiau |
| Vidutinė trukmė | 60 minučių |
| Speciali įranga ir (arba) medžiagos | Taip |
| Internetinė versija | Ne |

1. **APIBŪDINIMAS**

Veikla buvo skirta stiprinti dalyvių psichologinį kapitalą, nesvarbu, ar jie yra studentai, ar mokytojai. Psichologinis kapitalas yra teigiama psichologinė būsena, kuriai būdingi keturi asmeniniai ištekliai (Luthans, Youssef-Morgan, 2017): viltis, *savęs efektyvumas*, atsparumas, optimizmas. Tai konstruktas, sukurtas vadinamojoje pozityviojoje psichologijoje, ir efektyviai apibendrina vieną iš šios disciplinos šūkių: žmonės yra svarbūs (Peterson, 2008). Remiantis teigiama psichologija, kintamasis, kuris labiausiai koreliuoja su žmonių gerove, yra jų santykių kokybė. Pratimas "Prodigious Snack" konceptualiai perteikiamas pagal šį principą: "Visuma yra pranašesnė už dalį" ir yra įkvėptas "Caritas International" filmo "*One Human Family, Food for All*". Vaizdo įrašas yra edukacinės kampanijos dalis ir primena senovinę istoriją bado ir dalijimosi temomis. "Kaušų metaforoje" yra šie mokymai: kai bandome maitinti tik save, kiti lieka be maisto, o jei sutelkiame dėmesį į savo kaimynų alkį, atrandame skirtingus būdus, kaip maitinti visus. Taikant šį pratimą, tai yra vaidmenų žaidimas, kurio tikslas yra suaktyvinti vaikų psichologinius ištekliusper patirtinį požiūrį.

1. **TIKSLAS / NAUDA**

Šioje veikloje dėmesys sutelkiamas į psichologinio kapitalo sąlygas, nustatant socialinius ir priskyrimo procesus, kurie gali skatinti bendradarbiavimą grupėje, potencialių žmonių vystymąsi,studentų gerovę, pasitenkinimo ir dėkingumo jausmą mokyklai, teigiamos tapatybės kūrimą. Užuot taisius ar pašalinus išjungimo sąlygas, siekiama per šią veiklą suaktyvinti psichologinius ištekliusasmenims (Seligman, 2011).

1. **Susijusios KOMPETENCIJOS GRUPĖS**

KLASTERIAI NR 1 BUILD, NR 2 LYDERYSTĖ ir NR 5 DAUGIAUSIA DĖMESIO SKIRIA SPRENDIMAMS

***Nes***

1. Pirmasis klasteris, dalyvaujantis šioje veikloje, yra klasteris Nr. 1, "Statyba", kuriame dalyvauja visos subkonstrukcijos: Proaktyvumas, Asmeninė / grupinė agentūra, Santykiai kaip bendras prasmės konstravimas ir Santykiai kaip abipusės įtakos procesas. Šiuo požiūriu tai yra sudėtingas pratimas, skatinantis mokinius ir mokytojus aktyviai atrasti bendradarbiavimo metodą kuriant individualią ir grupinę agentūrą. Tai labai priklauso nuo dalyvių santykių, kuriuose individualių veiksmų pasekmės visada yra socialinės ir atvirkščiai.
2. Antrasis dalyvaujantis klasteris yra numeris 2 sistemoje "Lyderystė". Šiame klasteryje šis pratimas skatina bendradarbiavimo požiūrį į lyderystę, kuriame yra ne tik "lyderis", bet ir "pasekėjas", turintis galutinę atsakomybę užgrupės veikimą.
3. Trečiasis dalyvaujantis klasteris yra numeris 5 "Dėmesys sprendimams", kurio subkompetencijos yra į sprendimus orientuotas požiūris ir problemų sprendimas VS sprendimų kūrimo mąstysena. Šis pratimas yra svarbus siekiant padėti mokiniams pereiti nuo mąstysenos, pagrįstos problemų supratimu, priemąstysenos, pagrįstos tik bendrų problemų sprendimų paieška.

1. **KAIP ATLIKTI PRATIMĄ**

Veiklą sudaro keturi etapai: įvadas ir pirmasis bandymas, vaizdo įrašo "Viena žmogaus šeima" vizija, maistas visiems, antrasis testas ir galiausiai rezultatų skaičiavimas bei galutinis atspindys.

***1 žingsnis / Įvadas ir pirmasis testas***:

Grupė suskirstyta į 4 grupes, vadinamas "tautomis". Grupė pasirenka žaidėją. Pastarojo tikslas - surinkti savo žmonėms kuo daugiau duonos gabalų. Jis turės tai padaryti naudodamas ilgą kaušą ir įdėdamas paimtą gabalą į dubenį, esantį dešinėje (kairėje, jei žaidėjas yra kairiarankis). Kambario centre, ant taburetės, yra krepšys su duonos gabalėlių serija, tiek, kiek yra grupės veiklos dalyvių. Žaidėjas turi pasiimti su kaušu vieną duonos riekelę po kitos. Jei gabalas nukrenta, žmonės prarado maistą. Bandydamas paimti duoną, okatorius viena ranka laiko kaušą, antra ranka lieka už nugaros, jis sėdi sukryžiavęs kojas, jo kūno padėtis turi būti išlaikyta už vietos rezervavimo ženklo. Kiekvienam žmogui grupės nariui teks užduotis pakelti "HELP" irklą, jei grupė norės paprašyti pagalbininko mokytojo pagalbos. Žemo balso draugai ir koordinatorius gali pasiūlyti strategijas. Ši pirmoji dalis turėtų trukti apie 5 minutes.

***2 žingsnis Žiūrėkite "Caritas International" vaizdo įrašą "Žmonių šeima, maistas visiems":***

Per kompiuterį ir vaizdo projektorių klasėje projektuokite vaizdo įrašą, kurį galite rasti "Youtube[[1]](#footnote-1)".

***3 žingsnis Antrasis testas:***

Su ta pačia organizacija, kaip ir 1 veiksme, pakartokite kiekvienos grupės bandymus surinkti duonos gabalėlius.

***4 žingsnis Galutiniai rezultatai:***

Po antrojo bandymo kiekviena grupė skaičiuoja duonos gabalus, kuriuos jam pavyko paimti pirmame žingsnyje, o poto antrajame, pažiūrėjus vaizdo įrašą.

1. **DE-BRIEFING**

Vaizdo įrašų patirtis yra dalyvių mokymosi modelis. Vaizdo įraše atsekamas perėjimas nuo individualaus požiūrio prie socialinio ir reliacinio požiūrio dalijantis ištekliais, šiuo atveju maistu. Tai ta pati patirtis, kurią išgyveno "tautų" dalyviai, kurią dabar paskutinėje dalyje reikia vėl priimti galutiniam apmąstymui.

Refleksija tarp "tautų" turėtų būti palengvinta šiais klausimaisir stimulu:

● Kokie yra esminiai skirtumai tarp pirmojo bandymo prieš vaizdo įrašą ir antrojo testo po vaizdo įrašo?

● Kokia strategija pasirodė esanti veiksmingesnė, kad būtų rastas bendrosžmonių maisto vizijos problemos sprendimas?

● Ar kada nors buvote panašiose situacijose mokykloje ir kaip su jomis elgėtės?

● Ar kada nors buvote panašiose situacijose kasdieniame gyvenime ir kaip su jomis elgėtės?

● Kaip manote, kokią įtaką ši patirtis turės jūsų gyvenime klasėje ir už jos ribų?

1. **SPECIALIOS MEDŽIAGOS**

Pratimui atlikti reikia daugybės medžiagų, kad jis būtų realizuotas. Visų pirma, maistas, kuriuo dalijamasi (pageidautina nedideli sumuštiniai), krepšiai, kur laikyti duoną (krepšelis, iš kurio galima gauti duonos ir kitų krepšelių, kiek yra grupių / tautų, kur laikyti duoną), mediniaikaušai su rankena kuo ilgiau. Ženklai, sakantys "Pagalba", prašyti mokytojų pagalbos pirmojo ir antrojo testo metu, ir aiškiai kompiuteris, prijungtas prie interneto su vaizdo projektoriumi, kad būtų rodomas vaizdo įrašas .

1. **PATARIMAI IR GUDRYBĖS**

Pratimas geriausiai veikia, jei atliekamas erdvioje aplinkoje, kuri ne visada gali būti klasės, kuriose vyksta pamokos. Pavyzdžiui, sporto salė. Veikla gali būti vykdoma vienoje klasėje, tačiau ji taip pat gali būti vykdoma tarp skirtingų klasių,siekiant pasirūpinti plačiai paplitusio klimato tarp klasių kūrimu. Veikla gali būti geras būdas pradėti mokslo metus, nustatyti, taip pat ir pagrindinių vertybių požiūriu, esminius elementus, kuriais reikia investuoti į santykius (bendradarbiavimas, parama, bendri tikslai, ...).

1. **INTERNETINĖ VERSIJA**

Dėl savybių, kurias turi pratimas, internetinis variantas neįmanomas.

1. **BIBLIOGRAFIJA - SITOGRAFIJA**

* Luthans, F., & Youssef-Morgan, C. M. (2017). Psichologinis kapitalas: teigiamas požiūris, pagrįstas įrodymais. *Metinė organizacinės psichologijos ir organizacinės elgsenos apžvalga*, 4, 339-366.
* Petersonas, C. (2008). *Geras lif*e. Psichologija Oggi dienoraštis.
* Seligmanas, M. E. (2011). *Klestėti: vizionieriškas naujas laimės ir gerovės supratimas*. Niujorkas: laisvoji spauda.

1. https://www.youtube.com/watch?v=qhU5JEd-XRo [↑](#footnote-ref-1)