**GYVYBĖS MEDIS**

****

**PAGRINDINĖS FUNKCIJOS**

| Geresni įgūdžiai | KURTI - IŠSIKELTI TIKSLUS - PALAIKYMAS |
| --- | --- |
| Tinka | Mokytojai, mokiniai |
| Sudėtingumo lygis | Žemas |
| Parametras | Individualus, grupinis |
| Minimalus dalyvių skaičius | 2 |
| Vidutinė trukmė | Iki 2 val. |
| Speciali įranga ir (arba) medžiagos | Taip |
| Internetinė versija | Taip |

1. **Apžvalga**

*Tai leidžia žmonėms kalbėti apie savo gyvenimą taip, kad jie taptų stipresni. Veiksmingas*  požiūris*, veikiantis skirtinguose kontekstuose.*

Problemų medis yra trijų etapų metodika, skirta nustatyti pagrindinius žmonių gyvenimo iššūkius ir problemas, jų priežastis ir padarinius. Tai diagramos tipas, leidžiantis grupės nariams analizuoti konkretaus iššūkio priežastis ir pasekmes bei tai, kaip jie susiję vienas su kitu.

Gyvybės medis leidžia mokiniams kalbėti apie savo gyvenimą taip, kad jie taptų stipresni. Tai apima juos piešiant savo "gyvybės medį", kuriame jie gali kalbėti apie savo "šaknis" (iš kur jie kilę), savo įgūdžius ir žinias, viltis ir svajones, taip pat apie ypatingus žmones savo gyvenime.

Grupėje mokiniai prisijungia prie savo medžių "gyvybės miške" ir grupelėmis aptaria kai kurias jų gyvenimą veikiančias "audras" ir būdus, kuriais jie reaguoja į tasaudras, apsisaugo ir saugo vieni kitus.

Tai leidžia jiems kalbėti apie savo gyvenimą būdais, kurie nėra traumuojantys, o stiprina jų santykius su savo istorija, kultūra ir prasmingais žmonėmis jų gyvenime.

1. **Tikslas / nauda**

Pagrindinis privalumas yra tai, kad tai leidžia studentams apmąstyti save ir tai, kaip jie iki šiol vystėsi. Bendra mąstymo patirtis ne tik kartu juda į priekį, bet ir sukuria derlingą dirvą kalbėtis ir apmąstyti savo (ir kitų) "istorijas", savo stipriąsias puses, tapatybę, vertybes, draugystę ir priklausymą, mokymąsi ir ateities viltis.

Gyvybės medis gali turėti teigiamą poveikį mokinių gerovei ir gali būti naudojamas įvairiuose kontekstuose. Jis gali būti naudojamaspereinamuoju laikotarpiu, pavyzdžiui, keičiant mokyklas, keičiant namus ir pan. Nes šiais momentais mes dažnai žiūrime tiek į priekį, tiek atgal ir galvojame apie save, savo viltis ir patirtį, tai yra mūsų "istoriją" iki šiol.

Pratimas gali būti naudojamas studentams, kurie ką tik atvyko iš užsienio, pavyzdžiui, kalbėti apie savo kultūrą ir kilmės istoriją, taip pat apie ką tik atvykusius rūpesčius / nerimą. Jis taip pat gali būti naudojamas kaip būdas padėti vaikams kalbėti apie save, savo šeimą ir kitas paramos sistemas, taip pat apie stipriąsias puses ir siekius, kuriuos jie turi ateičiai.

1. **Susijusios ĮGŪDŽIŲ GRUPĖS**

Gyvybės medžiai yra skirti apmąstyti save ir, analizuodami su grupe kaip "gyvybės medžio miško" dalį, jie supranta kitus ir jų vaidmenis bei svarbą grupėje. Tai didina asmeninį sąmoningumą, kitų supratimą ir padeda ugdyti priklausymo grupei jausmą(BUILDING kompetencija).

Gyvybės medis vykdomas siekiant analizuoti ir apmąstyti dabartį, tačiau suprasti praeitį ir nustatyti turimus išteklius ateičiai (kompetencija APIBRĖŽTI TIKSLUS).

Analizuojant kitų gyvenimo medį, kitame asmenyje sukuriama empatija ir smalsumas (PALAIKYMO kompetencija).

1. **Kaip atlikti pratimą**

***1 žingsnis / paruošimas***:

*(PRIVALOMA paaiškinti, kaip pasiruošti ir supažindinti mokinį su pratimu)*

Paruoškite reikiamą įrangą (popierių, pieštukus, sienas, smeigtukus, juostelę) kiekvienam studentui. Paskirstykite popierių ir spalvotus pieštukus. Kiekvienas mokinys gauna bent A4 formato popieriaus lapą ir, jei įmanoma, turėtų turėti galimybę naudotis skirtingų spalvų rašikliais. Galite paruošti "PowerPoint" pateiktį arba naudoti atvirkštinę diagramą, kurioje žingsnis po žingsnio aprašoma procedūra.

***2 žingsnis***

Pasakykite mokiniams, kad užduotis yra nupiešti medį, simbolizuojantį jų gyvenimą. Ssulenkite, kad jie žingsnis po žingsnio trauks medį, pradėdami nuo šaknų, ir kiekviena medžio dalis bus žmogaus, kurį jis laiko svarbiu, gyvenimo elementas.

Mokiniai turėtų būti informuoti, kad tuos pačius elementus galima sudėti į skirtingas medžio dalis. Pavyzdžiui, "šeima" gali būti viena iš šaknų, bet ir vienas iš lapų ir pan. Studentams nereikia jaudintis dėl šių pasikartojimų.

Kiekvienam iš šių žingsnių yra keletasklausimų, kuriuos reikia užduoti, pavyzdžių, priklausomai nuo studentų amžiaus ir savybių, ir mokytojas turėtų pritaikyti formuluotę, kad ji būtų tinkama jų mokiniams.

Pradėkite nuo šaknų – jos yra **žmogaus kilmė, visa tai, kas daro didelę įtakąjo gyvenimui**: mokiniai kviečiami piešti šaknis – šaknys simbolizuoja atsakymus į tokius klausimus kaip:

* *Iš kur tu?*
* *Kokia jūsų gimimo vieta?*
* *Kur gyvenote, kai buvote jaunesnis?*
* *Koks yra jūsų "paveldas", tai yra, kokie daiktai ir daiktai jums priklauso šeimoje, kurie jums ypač brangūs?*
* *Kas/Kas jus giliai* paveikė?

Priklausomai nuo studentų amžiaus, šiam žingsniui turėtumėte skirti apie 10 minučių.

Perėjimas į **žemę – simbolizuoja dabartinį gyvenimą.**  Šioje dalyje atsakoma į tokius klausimus:

* *Koks šiuo metu mano gyvenimas?*
* *Kokie šiuo metu yra reprezentaciniai mano gyvenimo elementai skirtingais terminais (pvz., kur gyvenu, prasmingi santykiai, reikšmingos patirtys)?*
* *Kur aš gyvenu?*
* *Koks yra mano gyvenimo peizažas / maistinė gyvybės dirva?*

Kitas žingsnis yra į **bagažinę - jis atspindi įgūdžius, gebėjimus ir kompetencijas ir** daugiausia dėmesio skiria tokiems klausimams kaip:

* *Ką aš moku?*
* *Kokie mano įgūdžiai ir kompetencijos?*
* *Ką kiti mano apie mano įgūdžius?*

Pratimas juda aukščiau, kad sutelktų dėmesį į **šakas, kurios atspindi viltis, svajones ir norus ir** sprendžia tokias problemas kaip:

* *Kokiosmano viltys, svajonės ir troškimai?*
* *Kokios mano ateities vizijos?*

Tada pratimas tęsiamas **lapais – jie reprezentuoja reikšmingus žmones savo gyvenime, kurių gali būti arba nebėra.**  Programos yra:

* *Kas yra/buvo tie žmonės/rėmėjai, kurie suvaidino ypatingą vaidmenį jūsų gyvenime?*
* *Kas jūsų socialinių santykių tinkle* *jums atstovauja socialinius išteklius?*

Todėl paskutinis žingsnis šioje pratimo dalyje yra susitvarkyti su **vaisiais – jie simbolizuoja dovanas, kurios buvo gautos gyvenime**, ir užduoda tokius klausimus kaip:

* *Ką ypatingi žmonės davė mano gyvenimui?*
* *Kokias dovanas gavau savo gyvenime?*

(PASTABA: Dovanos gali būti įvairių rūšių, pvz., daiktai, pinigai, specialus mokymas, ypatingas asmuo ir kt.).

***Žingsnis 3:***

Nupiešus "Gyvybės medžius", vaizdas pateikiamas ir aptariamas. Būtinai pasiūlykite pakankamai laiko kiekvienam iš jų - jei yra tik keli ištekliai arba jų nėra, pabandykite daugiau sužadinti užduodami klausimus. Žemiau galite   
  
 rasti keletą klausimų pavyzdžių, kuriuos galite naudoti aptardami skirtingas gyvybės medžio dalis, vėlgi nedvejodami pritaikykite formuluotę prie savo mokinių amžiaus ir savybių.

**Šaknys:**

* Kiek žinau apiesavo kilmę?
* Ar mano "paveldas" (t. y. daiktai ir daiktai, kurie priklauso mano šeimai) daro didelę įtaką mano gyvenimui?
* Kai pagalvoju apie savo šaknis – Kokį jausmą jaučiu?
* Kokių svarbių principų ir vertybių išmokau praeityje ir kuriepadeda ugdyti mano tapatybę?
* Kokios svarbios patirtys paliko žymę mano gyvenime (pirmą kartą įsimylėjau, tėvų skyrybos, persikėlimas į kitą miestą ir pan.)?

**Reljefas:**

* Kokie yra teigiami/neigiami/neutralūs mano dabartinio gyvenimo aspektai?
* Kokius privalumus/trūkumus matau?

**Bagažinė:**

* Ar mano įgūdžiai aiškiai susiję su mano kilme (šaknimis)?
* Ar sugebėjimai, kuriuos matau savyje, ir tie, kuriuos kiti mato manyje, kelia siaubą? Ar mane tai stebina?
* Ar mane stebina įgūdžių kiekis?

**Filialai:**

* Ar turiu didelių ar mažų svajonių/vilčių?
* Kaip šios viltys gali būti susijusios su mano šeima / kitais?
* Iš kur kyla viltys/norai?
* Ar manau, kad man gerai sekasi įgyvendinti savo svajones?

**Lapai:**

* Ar buvo sunku įvardinti reikšmingus rėmėjus/žmones mano gyvenime?
* Kai kurie rėmėjai mano gyvenime buvo jau seniai?
* Ar yra laikai mano gyvenime su daugiau/mažiau rėmėjų?

**Vaisiai:**

* Ar buvo sunku rasti man duotų dovanų?
* Ar esu patenkintas savo dovanomis? Ar galiu juos įvertinti?

Aptarę ir atspindėję vaizdus, galite skirti dar kelias minutes, kad integruotumėte jų vaizdus, jei jie to nori. Pažvelkite į visą medį.

**Visas medis:**

* Ar norėtumėte, kad jūsų medis atrodytų kitaip?
* Kas turėtų būti kitaip, kad geriau patiktų jūsų gyvenimo medžiui?

***4 veiksmas: (jei dirbate su grupe)***

Jei pratimą atliekate su grupe, šiek tiek "visi alberi yra iš naujo pristatomi ir aptariami, galite sukurti gyvybės mišką, sujungdami visus medžius. Paprašykite jų įsivaizduoti visus medžius, sukurtus kaip didesnio miško dalį. Tada su mokiniais galite panagrinėti, kaip kiekvienas medis gali prisidėti prie miško.

Atlikdami šį veiksmą galite užduoti tokius klausimus kaip:

* *Jei mišką sudrebina žemės drebėjimas, kaip medžiai galėtų kartu atsispirti?*
* *Jei žaibas trenkia į vieną iš medžių, kaip kiti galėtų jam padėti?*
* *Kaip šiegrupės* pateikti atsakymai *veikia kiekvieną iš jūsų? Kaip keičiasi jūsų idėja apie šią grupę, kai galvojate apie ją kaip apie mišką?*
* *Už metaforos ribų, jei vienas iš jūsų kalba apie jūsų problemą, kaip grupė, veikdama kaip miškas, gali jai padėti?*
* Ir taip toliau...

***Paskutinis žingsnis / išvada***:

Paprašykite mokinių nuspręsti, ką daryti su atvaizdais: ar mokymo metu juos laikyti neapsaugotus, ar grąžinti teisėtam savininkui.

1. **Galutinis svarstymas**

Galite apibendrinti medžių pristatymų rezultatus ir paprašyti mokinių apmąstytiįvairius žinomus ir nežinomus išteklius bei lobius.

Jei jie yra patenkinti savo gyvybės medžiu, mokiniai gali būti pakviesti jį įsiminti ir laikyti jį kaip vidinį vaizdą tais laikais, kai reikia žinoti savo išteklius.

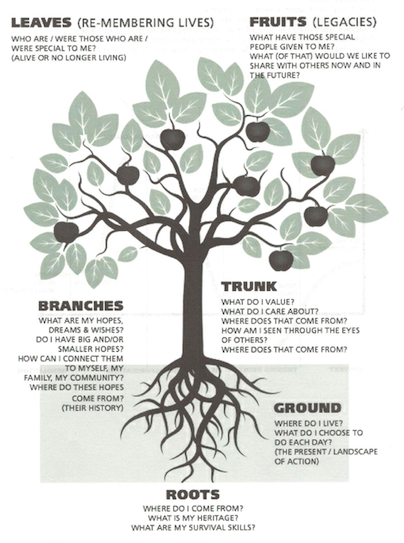
Tiesą sakant, kadangi piešimas yra žmogaus gyvenimo ištekliai, jį bet kada galima modifikuoti ar pertvarkyti. Kadangi tai yra žmogaus gyvenimo vaizdas, tai nėra kažkas fiksuoto laike. Žmonės gali jį piešti, tada apie tai galvoti, nekęsti ir pan.

1. **Specifinės medžiagos**

Jums reikės turėti:

* Popierius (rekomenduojamas A3 ar didesnis), spalvoti pieštukai arba aliejiniai pieštukai.
* Sienos vaizdams, kaiščiams ar juostoms peržiūrėti**.**

Žemiau pateikiamas medžio, kurį galima naudoti, pavyzdys

****

1. **Patarimai ir gudrybės**

* Jei (kai kurie) studentai neturi idėjų ištekliams, galite pateikti kiekvienos medžio dalies pavyzdžių – atminkite, kad jūsų pavyzdžiai gali turėti įtakos rezultatams.
* Rekomenduojame nerodyti medžio piešinio, nes jis gali paveikti mokinius ir sumažinti kūrybiškumą.
* Individualioje aplinkoje ilgesnį laiką gali būti naudinga grįžti prie šio vaizdo arba pakartoti šį pratimą.
* Nepamirškite labai atidžiai lydėti šį pratimą - jis galitapti labai emocionalus ir gali atverti senas žaizdas ar žaizdas.
* Jei pratimas atliekamas grupėse, pabandykite įtikinti visus mokinius atlikti pratimą. Jei tai neįmanoma, paprašykite mokinių, kurie atsisako piešti savo medį, prisiimti dėstytojo, kuris padeda kitiems grupės nariams atlikti pratimą, vaidmenį. Galbūt jie persigalvos ir nuspręs piešti savo medį. Apklausos metu galite paklausti dėstytojų, kaip jiems buvo skirtas pratimas ir kaip jie turėjo padėti kitiems.
* Kadangi mankšta gali užtrukti ilgai, ją galima suskirstyti į dvi ar daugiau sesijų. Tiesą sakant, tai gali būti naudinga, nes mokiniai gali galvoti apie savo medžius tarp sesijų ir gali juos modifikuotipagal savo pageidavimus.

1. **Internetinė versija**

Pratybas nėra lengvai pritaikomas prie internetinio konteksto, nors diskusijos gali vykti internetinėje aplinkoje naudojant vaizdo konferencijas, tai neduos tokios pat naudos kaip akis į akį aplinkoje, nes bendravimas internetu yra mažiau turtingas neverbalinio bendravimo ir jų perdavimo elementų.

Mūsų patirtis internetinės grupės aplinkoje rodo, kad kartais sunku veiksmingai prijungti visus studentus, kad pastebėtume, ar yra masinių atskirų dalyvių reakcijų, ar todėl sunkiau susidoroti su šiomis reakcijomis internetinės grupės aplinkoje.

1. **Bibliografija - Sitografija**

* <https://dulwichcentre.com.au/wp-content/uploads/2014/01/tree-of-life-community-context.pdf>
* <https://dulwichcentre.com.au/the-tree-of-life/>
* <http://edupact.sporteducation.eu/wp-content/uploads/2020/10/Unit1_Activity3_TreeofLife.pdf>
* <https://dcf.wisconsin.gov/files/cwportal/permanency/pc/pdf/ffe-tree.pdf>
* <https://youtu.be/nTAhANPC_bw>