**VEIDRODINIS RYŠYS**



**PAGRINDINĖS FUNKCIJOS**

| Geresni įgūdžiai | VADOVAVIMO; PARAMA |
| --- | --- |
| Tinka | Mokytojai, mokiniai |
| Sudėtingumo lygis | Žemas |
| Parametras | Grupė |
| Dalyvių skaičius | 2 ar daugiau |
| Vidutinė trukmė | 60 minučių |
| Speciali įranga ir (arba) medžiagos | Ne |
| Internetinė versija | Taip |

1. **APIBŪDINIMAS**

Praktika susideda iš dialogo tarp dviejų ar daugiau žmonių (mokytojų ir mokinių), turinčių skirtingus vaidmenis: bent vienas klausantis ir bent vienas dalijasi savo neigiamais jausmais apie praėjusios savaitės įvykius klasėje.

Naudojant keletą " veidrodinių" metodų, praktikos tikslas yra skatinti empatiškus santykius tarp dalyvių, palaikyti į sprendimą orientuoto proceso atsiradimą.

Kaip gerai žinoma, empatija yra gebėjimas atsidurtikito pusėje, matyti pasaulį taip, kaip jį mato (Rogers ir Kinget, 1965).

Šiame apibrėžime adverbas "KAIP" turi didelę reikšmę. Empatija, tiesą sakant, skiriasi nuo kitų santykių su kitu formų, tokių kaip užuojauta ar identifikacija,nes empatiškas žmogus akimirką bando atidėti į šalį savo sprendimą, pagrįstą savo vertybių sistema ir pasaulio skaitymu, kad suvoktų kitą atskaitos rėmą. Tai darydamas žmogus netampa kitu (identifikacija), taip pat nejaučia emocijų, kurias jaučia kitas (simpatija), bet lieka nuo to atskirtas. Šioje praktikoje, tarp pagrindinių strategijų, siūlome perfrazuoti ir apibendrinti.

1. **TIKSLAS / NAUDA**

Praktika siekiama lavinti empatinius įgūdžius, pabrėžiant, kaip svarbupriimti empatinę perspektyvą, pageidautina tik tada, kai dalyviai mano, kad jie yra pakankamos ramybės būsenoje, kad galėtų palaikyti ryšį su kitais žmonėmis (sąlyga, leidžianti dalyviams pereiti nuo savęs prie kitų). Ši praktika gali būti naudinga siekiant pagerinti empatišką mokytojų ir studentų bendravimą, dirbti su įvairiomis kalbos strategijomis, kad būtų galima susisiekti su dalyvaujančių žmonių požiūriu, idėjomis ir mintimis ir, galiausiai, rasti bendrą supratimą.

1. **SUSIJĘ ĮGŪDŽIAI**

* LYDERYSTĖ (grupė Nr. 2)
* PARAMA (grupavimas Nr. 4)

***Tas***

Praktika daugiausia orientuota į palaikymą ir lyderystės dinamiką, atsižvelgiant į TASC sistemą.

1. Atsižvelgiant į paramą, empatiškas klausymasis gali būti elementas, palengvinantis veiksmingą bendravimą klasėje ir todėl stiprinantis bendrą ir plačią mokytojų ir mokinių lyderystę.
2. Kita vertus, klausymosi dinamika leidžia mums suprastiįvairių vaidmenų, kuriuos vadovybė gali prisiimti, svarbą ne tik tiems, kurie "vadovauja", bet ir tiems, kurie "seka". Mes galime klausytis įvairiais būdais: atkreipdami dėmesį į tai, ką mums sako kitas asmuo, arba klausydamiesi pasyviai, o tuo tarpu galvodami apie kitus. Aktyvus klausymasis yra pirmojo režimo (dėmesio) dalis. Tai reiškia situaciją, kai klausytojas yra santykiuose. Tačiau jo laikysena, linktelėjimai, žvilgsnis (vadinamasis neverbalinis) ir jo pasisakymai konkrečiai ir akivaizdžiai rodo jo susidomėjimą kito požiūriu, stengiantis kiek įmanoma sustabdyti jo sprendimą.
3. **KAIP ATLIKTI PRAKTIKĄ**

***1 žingsnis / paruošimas***:

Susiraskite bent vieną kitą kolegą, su kuriuo galėtumėte pasipraktikuoti, ir įsikurkite ramioje vietoje mokykloje (arba, jei negalite naudotis mokyklos erdvėmis, galite atlikti praktiką vaizdo konferencijos būdu, žr. paskutinius šio dokumento skyrius).

Pirmas žingsnis yra priskirti vaidmenis: pagalbos ieškotoją ir veidrodį.

Prieš pradėdamas, pagalbininkas galvoja apie dalykus, kurie per pastarąją savaitę mokykloje buvo "neteisingi", santykiuose su mokiniais ar santykiuose su kolegomis. Tas, kuris daro veidrodį, neturėtų daryti to paties, stengdamasis kuo labiau priimti teigiamą teigiamą požiūrį. Labai svarbu pirmiausia pabandyti su savo kolega, nes veidrodis pasiruošimo etape geriau veikia tarp "bendraamžių".

Pagalbos teikėjas nurodo tris renginius / temas, kuriomis reikia dalytis.

Jis gali juos užrašyti ant popieriaus lapo, apibūdinti trumpais sakiniais ir pasiruošti juos perskaityti arba pakartoti veidrodyje.

***2 žingsnis Taikykite pirmąjįstrategijai / perfrazuotei***:

Pirmoji strategija yra perfrazavimas, kurį sudaro kartojimas iš dalies, bet jūsų pačių žodžiais, ką pasakė kitas asmuo. Sekite tokį pavyzdį:

* Mokytojas A (ieško pagalbos): "Aš negaliu dirbti su mokiniu (Giorgio); Kiekvieną kartą, kai bandau atkreipti dėmesį į klaidą per matematikos pratimus, kuriuos darome klasėje, jis manęs neklauso ir visada randa pasiteisinimą nepripažinti klaidos arba paslėpti įsipareigojimo stoką."
* Mokytojas B (veidrodis): "Pataisykite mane, jei klystu: jums sunku dirbti su Giorgio, nes atrodo, kad jis nesupranta jūsų mokymų, ir tai jus liūdina. Ar tau tai prasminga?"

Kaip matyti iš šio pavyzdžio, mokytojas irB (veidrodis) laikosi mokytojo A (to, kuris ieško pagalbos) požiūrio, bandydami "dėvėti tuos pačius drabužius" bendravimo požiūriu, paaiškindami savo nusivylimą nieko nepridėdami ir nepašalindami. Todėl perfrazuoti reiškia savo žodžiais pakartoti tai, ką vienas suprato apie kito teiginį, taip išlaikant pašnekovo požiūrį, suvokiant jo jausmus ir mintis.

***3 žingsnis / Taikykite antrąją strategiją / santrauką*:**

Antrojistrategija, kurią reikia praktikuoti, yra sintezė.

Kadangi jis yra šiek tiek sudėtingesnis, siūlome jį išbandyti perfrazavus.

Jei perfrazavimas turi pranašumą, nes žingsnis po žingsnio lydi pašnekovą, santrauka yra aktyvaus klausymosi forma, kuriojepašnekovui siūlomos skirtingos sąvokos per ilgą sąveiką.

Tokiu atveju klausytojas surenka pagrindinius pokalbio punktus ir pateikia juos kalbėtojui, taip parodydamas, kad jis suprato, kas buvo pasakyta. Sekite tokį pavyzdį:

* Mokytojas A (ieškantis pagalbos): "Situacija yra gana sudėtinga. Grupė mokinių vis dar neatsako į mano prašymus dėl užsiėmimų klasėje. Jie susiduria su manimi tyla ar ironiškais juokeliais, kuriuos supranta tik jie. Jie niekada neperžengė anekdotų ribų, bet jaučiu, kad jie planuoja kažką kita. Bandžiau organizuoti bendradarbiavimo veiklą, kad jie daugiau bendrautų klasėje, bet tai nelabai padėjo. Atrodo, kad aš visada esu nutolęs nuo jų, nedalyvauju ir kad jie manęs nesupranta. Nežinau, ką daryti!"
* Mokytojas B (veidrodis): "Suprantu, kad jūsų bandymai kurti bendradarbiavimo kultūrą su savo nepaklusniausiais mokiniais neturi jokio poveikio, net kalbant apie artumą jiems. Tačiau leiskite paklausti jūsų kelių dalykų, kurie padės apibendrinti tai, ką pasakėte: Kokios, jūsų manymu, yra / yra pagrindinės jūsų pasakojimo temos iki šiol? Kaip manote, kokia yra bendra gija, jungianti visus dalykus, kuriuos pasakėte savo istorijoje? Jei galėčiau rasti pavadinimą, paaiškinantį istoriją, kurią man iki šiol pasakojote, koks tai galėtų būti pavadinimas?"

Nors tai yra trumpas apsikeitimas, galima pastebėti, kad B padeda A pabandyti suvokti kai kuriuos pagrindinius dalykus, kuriuos A išreiškė atstovaudamas situacijai, sutelkdamas dėmesį į tai, kas buvo pasakyta, ir taip pat mokydamasis situacijos , kurią B turi šiuo metu.

***4 žingsnis / Išvada:***

Išbandykite dvi strategijas penkiais sakiniais ir leiskite veidrodžiui praktikuotis su strategijomis. Perfrazavimas ir sintezė gali būti laikomi dviem svarbiaisempatinio bendravimo metodais. Tačiau būtina pabrėžti, kad norint, kad abu būtų veiksmingi, klausytojas turėtų stengtis kiek įmanoma sustabdyti sprendimą, taikyti smalsumą ir pagarbą kito pasakojimui.

1. **BAIGIAMASIS SVARSTYMAS**

Pagalbininkas ir veidrodis turi apmąstyti, ką jie padarė bandydami šias strategijas. Tam tikras bendras pokalbis turėtų būti atliekamas praktikos pabaigoje arba iškart po poros dienų. Pabandykite sutelkti pokalbį įšiuos dalykus:

* Ką ieškotojas įvertino už veidrodžio požiūrį į jį? Kas jam nepatiko?
* Kokios yra idėjos/mintys/jausmai/emocijos, kurias turi pagalbininkas, galvodamas apie veidrodžio požiūrį į jį?
* Kokias idėjas/mintis/jausmus/emocijas turėjo veidrodis, bandydamas empatiškai elgtis pagalbininko atžvilgiu?
* Kaip manote, ką veidrodis gerai suveikė taikant empatišką požiūrįį pagalbininko palyginimus?
* Kokie buvo pagrindiniai sunkumai bendraujant pagalbos ieškotojams ir veidrodžiui?
* Kaip šią strategiją būtų galima pritaikyti studentams?

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

Nereikia jokių specialių medžiagų. Naudokite tik popieriaus lapą, kad pagalbos prašytojas galėtų užrašyti penkis sakinius.

1. **PATARIMAI**

Atsižvelgiant į tai, kad veidrodžio vaidmuo gali būti šiek tiek sudėtingas, ypač jeiasmuo ką tik pradėjo mokyti, jei mokytojas, kurio prašoma atlikti veidrodį, yra šiek tiek per daug emociškai įsitraukęs į darbą, gali būti idėja neleisti jam būti jo dalimi. Pageidautina, kad klausytojas (veidrodis) vengtų pasirinkti šį vaidmenį labiausiai įtemptais mokymo veiklos laikotarpiais, būtent tam, kad galėtų kreiptis į kitą (pagalbos ieškotoją), nesupainiodamas jo požiūrio su kitų požiūriu. Jei pagalbos prašytojo istorija atrodo per daugar sudėtinga, paprašykite jo trumpos pertraukos, išgerkite šiek tiek vandens, kvėpuokite ir vėl pradėkite klausytis. Jei negalite suprasti, ką sako pagalbininkas, nesijaudinkite, kad paklausite ir pasakysite, kad nesuprantate. Stenkitės kiek įmanoma vengti patarimų ir pasiūlymų. Pasistenkite įsiklausyti ir pritaikyti šias dvi strategijas.

1. **INTERNETINĖ VERSIJA**

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

1. **BIBLIOGRAFIJA - SITOGRAFIJA**
2. Kraybill, K. (2003). Sveikos darbo aplinkos kūrimas ir palaikymas Darbuotojų rekolekcijų išteklių vadovas. Galima rasti internete adresu https://nhchc.org/wp-content/uploads/2019/08/ResourceGuideforStaffRetreats.pdf