

Apmācību rokasgrāmata



Co-funded by
the European Union



Apmācību rokasgrāmata ir sagatavota kā Erasmus+ pieaugušo izglītības projekta "From I to We – Enhancing Social Relations by Creativity" (2021-1-EE01-KA220-ADU-000029579) intelektuālā produkcija.

Oficiālā mājas lapa: <https://psyhhodraama.ee/projektid/from-i-to-we-2021-2023>

Kontaktpersona: pdi@psyhhodraama.ee

Eiropas Komisija nav atbildīga par šīs publikācijas saturu.

SATURS

Projekta apraksts	4
Izmēģinājuma apmācība jeb pilotapmācība	6
Apmācību koncepcija	7
DIENA 1	9
Mācību rezultāts	9
PROGRAMMA	9
Filozofija un sociometrijas principi	13
Tele un patiesā satikšanās	22
Mācīšanās ar radošām darbības metodēm grupā	24
Pieaugušo mācīšanās un radošās darbības metodes	26
Learning Environments	29
2. DIENA	30
Mācīšanās iznākums	30
PROGRAMMA	30
MATERIĀLI	38
Group Development	38
Pašmācība	43
3. DIENA	47
Mācīšanās iznākums	47
PROGRAMMA	47
MATERIĀLI	52
Radošās darbības metodes	52
4. DIENA	55
Mācību rezultāts	55
PROGRAMMA	55
MATERIĀLI	60
Psiholoģiskie šķēršļi mācībās	60
5. DIENA	63
Mācību rezultāts	63
PROGRAMMA	63
MATERIĀLI	67
Novērtēšanu un izvērtēšanu	67
Ētiskās bažas	68
TIEŠSAISTES APMĀCĪBU VADLĪNIJAS	70
PĒTĪJUMI	72

Projekta apraksts

Vajadzību analīze:

Covid-19 laikā kopš 2020. gada marta Baltijas un Ziemeļvalstīs cilvēku attiecības ir pārgājušas uz periodu, kurā klātienēs tikšanās ir ierobežotas un daļēji pat aizliegtas.

Tas stiprina individualitāti un izolāciju. Cilvēka darbība, mācīšanās un attīstība rodas un notiek aktivitātēs un attiecībās, kas ir būtiskas izturētspējai un individuālajai labklājībai. Cilvēkiem ir vajadzīgas jaunas prasmes un kompetences, lai mācītos un attīstītos jaunajā situācijā, kas, iespējams, kļūs par jauno normu. Un profesionāļiem, kas atbalsta individuus un grupas šajā mācību procesā, ir vajadzīgas gan teorētiskas koncepcijas, gan praktiski instrumenti, lai papildinātu savas profesionālās kompetences. Tagad, kad pandēmija lēnām beidzas, mums joprojām ir vajadzīgas zināšanas, kā apvienot tiešsaistes un klātienēs mācīšanas/mācību situāciju. Pasniedzējiem un pedagogiem ir jāpiedzīvo radošums, kas tiek atspoguļots, konceptualizēts un eksperimentēts praksē, lai pieņemtu un asimilētu kompetenci atbalstīt radošuma apguvi sociālajās attiecībās.

Šajā mācību modulī šāda veida pieredze tiek kopīgi izdarīta, atspoguļota un konceptualizēta kopīgā procesā, kā arī praktizēta sociālajās attiecībās ikdienā un darbā. Tradicionāli kontaktsemināros un treniņos tiek izmantota apmācība un radošas rīcības metožu apgūšana. Ierobežotas mijiedarbības laikā mēs – šo metožu, prasmju un kompetenču pasniedzēji – esam spiesti atrast jaunus medijus mācīšanai, kā arī izstrādāt un pārveidot mācību metodes un mācību procesa atbalstu, lai tie iekļautos gan jaunos medijos, gan formās, un pilnībā izmantot iespējas, ko piedāvā šie piedāvājumi. Ideja ir atrast medijus un lietotnes, kas dod iespēju visiem radošās darbības metožu aspektiem tikt izmantotiem gan tiešsaistes, gan klātienēs mācībās.

Mērķa grupas: mācību modulis ir paredzēts pieaugušiem pedagogiem.

Inovācijas elementi:

1. Apmācības modulis ir jauns produkts, kas konkrētajā nozarē vēl nepastāv.
2. Radošās darbības metodes, kas saistītas ar metakognitīvajām prasmēm attiecībā uz citiem, ir jauna tēma, un tā paver jaunu perspektīvu, izmantojot radošumu sociālajā izglītībā.

Apmācībām ir 4 elementi:

1. 3 semināri (2 +2 +1 dienas) 2 mēnešu periodā: 5 dienas, kopā 40 mācību stundas
2. Pašmācības un refleksija par mācību procesu mācību procesā: 3 dienas, kopā 24 stundas
3. 3. Prakse starp semināriem sastāv no
 - a. jaunu rīcības veidu atspoguļošana un apzināta izziņāšana sociālajās situācijās privātajā dzīvē (5 stundas)
 - b. apgūtā satura un metožu praktizēšana un atspoguļošana profesionālajā praksē (15 stundas)
4. Mācības tiek atbalstītas e-mācību platformā, kuras metodes piemērotība, kā arī kontaktu un tiešsaistes semināri, projekta laikā tiek pārbaudīta.

I modulis	(2 dienas) tiešsaistē vai klātienē
II modulis	(2 dienas) tiešsaistē vai klātienē
III module	(1 diena) tiešsaistē vai klātienē

Darba laiks: **8 mācību stundas** (45 minūtes)

Paredzamā ietekme:

1. Profesionāļi mācās kompetentāk un pārliecinošāk strādāt jaunās vai pieprasītās saskarsmes situācijās ar saviem klientiem un studentiem, tādējādi radot jaunas perspektīvas un veidus, kā adekvāti rīkoties "šeit un tagad";
2. Mācībās tiks attīstītas viņu reflektēšanas, metakognitīvās iemaņas attiecībā uz citiem;
3. Profesionāļiem ir prasmes un metodes, lai apmācītu un atbalstītu megakognitīvās kompetences attīstību savos studentos un klientos un tādējādi stiprinātu viņu noturību sociālajās situācijās;
4. Kompetences stiprināšana attiecībā uz citiem mazina izolēšanas iespējamību un paver plašākas iekļaušanas iespējas;
5. Profesionāļu organizācijas spēj efektīvāk organizēt apmācības lai a) atbalstītu profesionāļus viņu darbā un b) palīdzētu studentiem un klientiem veiksmīgāk tikt galā ar savu pašreizējo situāciju un sociālajiem tīkliem – palīdzēt studentiem un klientiem veiksmīgāk tikt galā ar viņu pašreizējo situāciju un sociālajiem tīkliem;
6. Mācīšanās procesam/mācīšanai, kurai ir holistiska pieeja, izmantojot vairākas maņas, ir ilgtspējīgāka ietekme.

Izmēginājuma apmācība jeb pilotapmācība

(2+2+1 days)

1. Psihodrāmas treneri (partneru psihodrāmas institūtu biedri): starptautiskais hibrīdmodulis, kurā piedalās aptuveni 100 dalībnieku no 5 dalībvalstīm

I modulis ir tiešsaistē	3-4.09.2022	Urban Norlander un Eduardo Verdu (līdz vadītājs)
--------------------------------	-------------	--

II modulis ir klātienē

- | | | |
|-------------|----------------|-----------------------------------|
| • Igaunija | 6.-7.10.2022 | Endel Hango un Pille Isat |
| • Latvija | 15.-16.10.2022 | Jolanta Baltiņa and Aiga Ūdre |
| • Somija | 22.-23.10.2022 | Reijo Kauppila (tiešsaistē) |
| • Zviedrija | 22.-23.10.2022 | Urban Norlander and Eduardo Verdu |
| • Norvēģija | 24.-25.09.2022 | Eduardo Verdu and Endel Hango |

III modulis ir tiešsaistē	5.11.2022	Endel Hango (līdzvadītājs)
----------------------------------	-----------	----------------------------

2. Pieaugušo Raseborgs kulturinstitut pedagogi (treneri Reijo Kauppila un Urban Norlander)

I modulis ir klātienē	8.-9.9.2022
II modulis ir tiešsaistē	6.-7.10.2022
III modulis ir klātienē	17.11.2022

3. Tallinas universitātes pasniedzēju pedagogi (pasniedzēji Pille Isat un Jolanta Baltiņa)

I modulis ir klātienē	30.09-1.10.2022
II modulis ir tiešsaistē	28-29.10.2022
III modulis ir klātienē	23.11.2022

4. Tartu universitātes pasniedzēju pedagogi (pasniedzēji Endels Hango un Reijo Kauppila)

I modulis ir klātienē	24.-25.8.2022
II modulis ir tiešsaistē	4.-5.10.2022
III modulis ir klātienē	28.10.2022

Apmācību koncepcija

FROM I TO WE sociālo attiecību veicināšana ar jaunrades Erasmus + projektu.

Mēs, cilvēki, piedzimstam attiecībās, augam, mācāmies un attīstāmies attiecībās, saslimstam un dziedināmies attiecībās, dzīvojam savu dzīvi attiecībās un mirstam attiecībās. Mēs esam sociālas būtnes.

Šajā projektā mēs kopīgi veidojam apmācību pieaugušiem pedagogiem, lai bagātinātu viņu profesionālās iemaņas mācību grupu vadīšanā un izmantošanā kā mācību resursus. Tam mēs izmantojam mareniešu radošās darbības metodes, kuru pamatā ir psihodrāma un sociodrāma, un sociometrija.

Galvenā ideja ir tāda, ka indivīdu mācīšanos var būtiski bagātināt, nostiprināt un pastiprināt sociālajās attiecībās, kad attiecības grupā ir pietiekami drošas, atvērtas un daudzveidīgas. Vienaudži mācību grupā var kļūt par līdzmācību aģentiem. Skolotāji var būt gan indivīdu, gan visas grupas resursi, mentori un mācību veicinātāji.

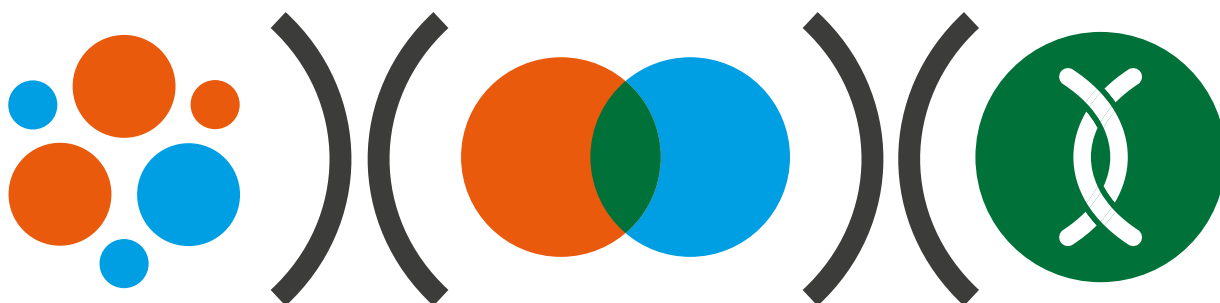
Mācīšanās nozīmē darīt kaut ko citādā veidā vai kaut ko jaunu atbilstošā veidā.

Tas prasa, lai attiecības starp grupas dalībniekiem būtu tādas, ka nedrošību un nezinoša prāta stāvokli akceptētu un atbalstītu visa grupa. Tas dod iespēju kopīgi sagatavoties līdzradīšanai, kopā veidojot kaut ko jaunu.

Pieaugušo izglītības pamatā ir pieredze. Dažas pieredzes ir pagātnē vai notiek nākotnē.

Dažas pieredzes ir šeit un tagad. Ietekmīga mācīšana un mācīšanās var aktivizēt visu pieredzi, kas šeit un tagad notiek kā mācību materiāls, jo tad mēs varam izmantot ne tikai kognitīvo daļu no pieredzes, bet arī kustību, emocijas un sociālās attiecības mācību stiprināšanai un dažādošanai.

I2W apmācības programmā mēs veidojam holistisku mācību un mācīšanas modeli. Psihodrāmas un sociometrijas teoriju un metodes, kas akcentē sociālās attiecības, un holistisko pieredzi mācībās, mēs apvienojam ar pieaugušo pieredzējušu mācīšanos, īpaši Kolba pieaugušo izglītības modeli. Tādējādi individuālās mācības paplašina grupu veidošana un grupa, kas noved pie visas grupas līmeņa.



Ir izpētīta I2W apmācības programmas ietekme, un tā ir ietekmīga! Viena no galvenajām pilot-treīņu dalībnieku bažām bija, kā iedarbināšanas metodes izmantot tā, lai tās atbalstītu pozitīvu mācīšanos. Mūsu holistiskais mācīšanās un mācīšanas modelis visu veidu pieredzi padara dzīvu šeit un tagad. Šis pieaugušo pasniedzēju rūpes ir pamatotas. Jāzina, no kādām perspektīvām un cik spēcīgi aktivizēt pieredzi optimālam mācību līmenim grupās.

Šajā rokasgrāmatā ir aprakstītas ietekmīgas metodes darbam klātienē un tiešsaistē. Sekojot instrukcijām un izprotot teoriju, tiek līdz minimumam samazināts risks izmantot pieredzi kā mācību resursus.

Lai iegūtu plašāku informāciju par mācībām, lūdzam sazināties ar psihodrāmas mācību institūtiem Baltijas un Ziemeļvalstīs, kas piedalījās I2W programmas kopveidošanā.

DIENA 1

Mācību rezultāts

Zināšanas:

- izprot sociometrijas un mācīšanās filozofiju un principus
- zina mācību vides pamatprincipus
- zina gan individuālo, gan grupu mērķu nozīmi mācībās

Prasmes:

- var aktivizēt un atbalstīt iekšējās grupas attiecības, kas aktivizē un atbalsta teli un patiesa satikšanās
- var radīt mācību videi svarīgāko
- var atbilstoši izmantot 2-3 vienlaicīgas darbības un rīkus pieredzējušai apmācībai un grupu veidošanai
- var atbalstīt mērķu noteikšanu, lai mācītos gan indivīdiem, gan grupai
- var atbalstīt atbildību par mācīšanos gan indivīdiem, gan grupai

Attieksme:

- ir ieinteresēts mērķu noteikšanā
- ir pozitīva attieksme pret atbalstu mācībām grupas līmenī

PROGRAMMA

MĀCĪBU GRUPAS VEIDOŠANA – filozofija un prakse

- A. Ievads
- B. Vienošanās
- C. Iepazīšanās un grupas veidošana
- D. Filozofija un sociometrijas principi: tele un patiesa satikšanās
- E. Pieaugušo izglītība un radošās darbības metodes
- F. Mācību vide
- G. Mērķu noteikšana

A: IEVADS**15 min**

Laipni lūdzam, iepazīstinām ar pasniedzējiem un projektu, projekta mērķiem, projekta struktūru

B: VIENOŠANĀS**15 min**

Apmācības mērķis, konfidencialitāte, klātbūtne (ieskaitot grafiku un ierīces), atbildība (ieskaitot mājasdarbus)

Tiešsaistē:

- Kameras ir ieslēgtas visu laiku
- Izslēgt mikrofonus, ja vien nerunājat vai neesat pārliecināts, ka nav fona trokšņu

C: IEPAZĪŠANĀS UN GRUPAS VEIDOŠANA**60 min****OPCIJA I**

Vingrinājums:

1. Iepazīšanās aplis – vārds + no kurienes tu esi?
2. Sociometriskā izvēle – kuru šajā grupā jūs pazīstat visilgāk?
3. Pāros: iepazīstieties (no citas lomas)
4. Pāros: iepazīstieties (no objekta lomas)
5. Grupās pa 4: Kāpēc jūs esat šeit? Atrodiet kaut ko kopīgu

OPCIJA II

Vingrinājums:

1. Sadaliet lielo grupu grupās pa 5 (katrs no cita institūta) un prezentējiet sevi.
2. Atgriezieties lielā grupā un veidojiet jaunas grupas ar tādu pašu instrukciju, taču šoreiz izvēlieties objektu, kas par jums kaut ko var pastāstīt.
3. Atgriezieties lielā grupā un veidojiet jaunas grupas un šoreiz pasniedziet sevi par to, kas neesat (piemēram, kolēģis).
4. Atgriezieties lielā grupā un veidojiet jaunas grupas ar jautājumiem: kāpēc jūs esat šeit? Atrodiet kaut ko kopīgu un veidojiet skulptūru, ko varat prezentēt lielajā grupā.
5. Atgriezieties lielā grupā un iepazīstiniet ar skulptūru. Pārējās grupas var komentēt redzēto.

KAFIJAS PAUZE

Vingrinājums:

1. Spektrogramma: Cik daudz jūs kā grupas līderis šodien izmantojat rīcības metodes
2. Sociometrijas solis: kas nepieciešams, lai Tu justos droši?
3. Sociometriskās izvēles grupai neatklāja.
(Vai varbūt pietiekami droši kritēriji matu garums..... un atklāj)

Lekcija par filozofiju un sociometrijas principiem (teorija)

- Darbības teorija
- Lomu teorija
- Spontānisma-radošuma teorija
- Sociometrija
- Attīstības teorija

KOLBS

Vingrinājums pāros: Es redzu/dzirdu, tad es domāju un tas liek man sajūst/justies

Šis vingrinājums ir par atrašanos šeit un tagad. Mēs cenšamies nostādīt sevi citu situācijā un cenšamies saprast, kā mani ietekmē sastapšanās ar citiem. (Tas ir kaut kas, kas ir empātijas pamats) Mums ir jā rūpējas par sevi. Mūsu klātbūtne ir viņu labākās zāles.

Šis uzdevums ir par vien otra iepazīšanu. Šis vingrinājums ir par to, lai uzzinātu, ka mēs piedzīvojam visu savā apkārtnē, mēs radām tam nozīmi (par to domājam) un ka tas mūs ietekmē.

Tajā pašā laikā mums nav kontroles pār pārējiem procesiem. Tāpēc jums nav jāatbild un jāseko pārējo "nepareizajai" interpretācijai», vienkārši saņemiet to un regulējiet sevi, pirms dalāties. Sadalieties pāros un apsēžaties viens otram pretī. Izvēlieties, kurš būs A un B. Turiet acu kontaktu. Sāciet ar to, ka pasakiet, ko viņš/viņa redz/dzird, domā un kā tas liek viņam/viņai justies. B tikai saņem to, ko saka A, neinterpretējot un neatbildot. Tad B turpina ar to, ko viņš/viņa redz/dzird, domā un kā tas, ko viņš/viņa redz/dzird liek viņam/viņai justies.

Pāros: Es redzu/dzirdu, tad es domāju un tas liek man justies

Dalieties grupās (6 cilvēki vienā grupā) un atgriežoties lielajā grupā, uz klausīsim no grupām dažas pārdomas.

Lekcija par tele un sastapšanos (teorija)

PUSDIENU PĀRTRAUKUMS

E: PIEAUGUŠO IZGLĪTĪBA UN RADOŠĀS DARBĪBAS METODES

90 min

Lekcija par mācīšanos ar radošām darbības metodēm grupā (teorija) ar darbību

KAFIJAS PAUZE

F: MĀCĪBU VIDE

45 min

Vingrinājums:

- Elpot un atcerēties nozīmīgu mācību pieredzi
- Grupas pa 5: dalies tajā + prezentē ainu vai skulptūru

Lekcija par mācību vides teoriju (teorija)

Dalieties pāri ar savām domām

1. Kas kontekstā ietekmē jūsu mācīšanos šajā pilotapmācībā?
2. Kāda mācību vide tev ir "mājās" un kā tu vari to ietekmēt?
3. Uzskatiet savas kritiskās situācijas par skolotāju/grupas vadītāju

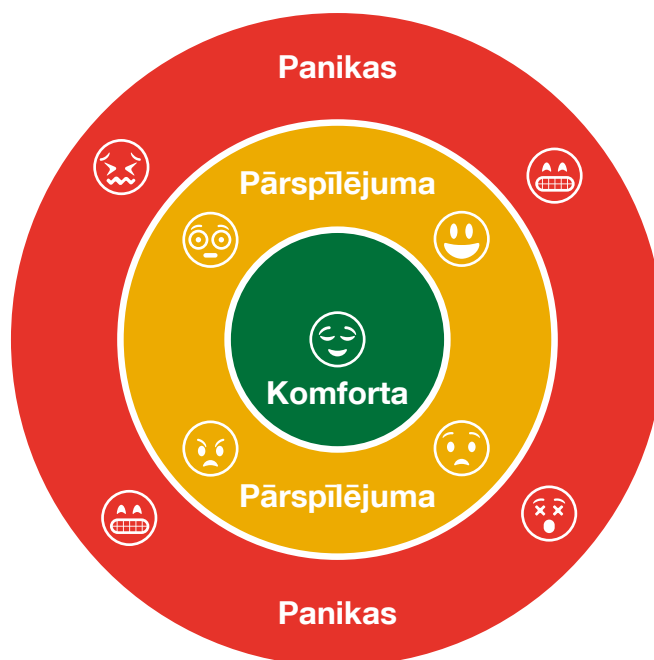
G: MĒRĶU IZVIRZĪŠANA

45 min

Ņemiet vērā, ka šo uzdevumu var veikt agrāk vai vēlāk atkarībā no grupas procesa un tā piemērotības.

Vingrinājums: personiskā mērķa izvirzīšana

Izveidojiet divus sarakstus vienu ar cerībām un vienu ar riskiem/bailēm, izmantojiet grīdu, ja tiekaties klātienē vai baltu dēli. Ja satiekaties tiešsaistē, izmantojiet Miro vai balto tāfeli Zoomā. Sadaliet sarakstā esošos objektus un ievietojiet tos komforta zonā, pārspīlējumā un panikā (Tas ir tolerances loga variants. Vai, pareizāk sakot, varētu būt saistīts ar to)
(To var saistīt arī ar **Vigotska** (Vygotskij) proksimālās attīstības zonu)



Reflektē par to, ko esi radījis grupās pa 2 - 4 personām

MATERIALS

Filozofija un sociometrijas principi

Visā rokasgrāmatā mēs runāsim un atsauksimies par grupu. Morenos izpratne par grupu ir viens no svarīgākajiem elementiem, uz kā balstās šīs rokasgrāmatas metodoloģija. Morenos ideja ir tāda, ka mēs viens otram kļūstam par līdzradītājiem un mācību aģentiem caur ideju par individuālo dalībnieku surplus vērtību, kas sanāk kopā un veido grupu. Matemātika te mainās no zinātniskās izpratnes, $1 + 1 = 2$, uz Morenos izpratni; $1 + 1 = 3$. Tas nozīmē; cilvēks A un cilvēks B nāk ar savām individuālajām prasmēm un spējām izprast mācību. Šīs prasmes un iemaņas katrā personā zināmā mērā vienmēr atšķirsies. Surplus vērtība "3" ir tad, kad mēs apvienojam savas prasmes un iemaņas un iegūstam jaunu un lielāku izpratni nekā tikai A un B viens otram blakus. Spontānā grupā, apvienojoties un iemācoties saskatīt dažādu dalībnieku perspektīvas, mēs varam kopīgi radīt un paplašināt savu uztveri, izpratni un spējas, lai iedzīvinātu mācīšanos darbībā. Grupa vienmēr ir visu dalībnieku summa + viens. Viens no tiem ir summēšanas surplus vērtība.

Turpmāk minētais saturs ir minēts no Giacomucci, S. (2021). Social work, Sociometry, and Psychodrama in Counselling, Coaching and Education (https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-981-33-6342-7_4)

Moreno darba filozofiskie pamati

Kamēr daži mūsdienu psihoterapeiti apzinās J. L. Moreno tehnikas devumu (sk. 4.1. att.), lielākā daļa neapzinās, ka psihodrāma ir visaptveroša teorijas, filozofijas un tehnikas sistēma.

Mana filozofija ir pārprasta. Daudzās reliģiskās un zinātniskās aprindās tas nav ņemts vērā. Tas man nav traucējis turpināt attīstīt paņēmienu, ar kuriem faktiski tiek iedibināts mans redzējums par to, kāda varētu būt pasaule. Interesanti, ka šie paņēmieni — sociometrija, psihodrāma, grupu terapija — kas radīti, lai īstenotu pamatā esošu dzīves filozofiju, ir gandrīz universāli akceptēti, kamēr pamatā esošā filozofija ir pārorientēta uz bibliotēkas plauktu tumšajiem stūriem vai pilnībā atbīdīta malā. (Moreno, 2019, 175. lpp.)

Daži liek domāt, ka psihodrāma ir viena no sarežģītākajām psihoterapijas sistēmām (fon Ameln & Becker-ebel, 2020). Psihodrāmas pamatā ir vairākas teorijas, tostarp darbības teorija, lomu teorija un spontanitātes-radošuma teorija. Lai gan psihodrāma ir aprīkota ar savu teorētisko pamatu, jo tā ir lielā mērā procesu virzīta, izmantojot daudzas klīniskās metodes, to var pielāgot, lai ietvertu jebkuras citas teorētiskās sistēmas teorētisko saturu. Psihodramaturgi ir integrējuši psihodrāmu ar daudzām citām modalitātēm vai teorētiskām sistēmām, tostarp: kognitīvi-biheviorālo terapiju (Hammond, 2007; Treadwell, Dartnell, Travaglini, Staats, & Devinney, 2016; Treadwell, 2020), Freida psihoanalīze (Brown, 2007; Cortes, 2016), Junga psiholoģija (Gasseau & Scategni, 2007), objektu attiecību teorija (Holmes, 2015), Pozitīvā psiholoģija (Tomasulo, 2011), 12 soļu un atkarību ietvari (12-step and addiction frameworks) (Dayton, 2005; Giacomucci, 2017, 2020a; Giacomucci, Gera, Briggs, & Bass, 2018; Miller, 2007), traumas terapija (Dayton, 2005, 2015; Giacomucci & Marquit, 2020; Hudgins, 2017; Hudgins & Toscani, 2013; Kellermann & Hudgins, 2000), piesaistes teorija (Baim, 2007), Drāmas terapija (Casson, 2007; Landy, 2017), sistemātiskā ģimenes terapija (Anderson & Carnabucci, 2011; Chimera, 2007; Gershoni, 2003), EMDR terapija (Bradshaw- Tauvon, 2007), mūzikas terapija (Moreno, 1999), un mākslas terapija (Peterson, 2003). Tādā pašā veidā sociālā darba pamata teorijas var integrēt ar psihodrāmas praksi. Bitels (Bitel, 2000) raksta: "sociālo grupu darbs ir arēna bezgalīgai jaunradei.

Uztverot grupas darba vietu kā skatuvi neskaitāmiem stāstiem, drāmām, cīņām un rezolūciju radīšanai, sociālās grupas darbinieks kļūst par mākslinieku savā vidē” (79. lpp.).

Šī sadaļa ieskicē Moreneju filozofijas kodolu, kuru ir būtiski izprast pirms viņa sociometrijas un psihodramas metožu iesaistīšanas. Moreno bija divējādas jūtas par to, ka viņa metodes tiek pielāgotas vispārējai kultūrai, bet viņa filozofija tika atstāta novārtā. Zerka Moreno 1969. gadā raksta:

Aizstājēteorijas ir nepatīšanas un maldinošas, jo tās atceļ vai pārtrauc metožu pilnīgu izpildi. Tādēļ Moreno nostāja bija “uztvert manas idejas, manus jēdzienus, bet neatdali tos no viņu vecākiem – filozofijas; nedaliet manus bērnus uz pusēm kā solomonisku spriedumu, mīliet viņus kopā, atbalstiet un cieniet visu struktūru, uz kuras viņi balstās.” (5. lpp.)

Cilvēka daba, kosmiskais cilvēks un dievība

Moreno filozofija būtībā ir eksistenciālisma izpratne par cilvēka dabu un cilvēka vietu kosmosā. Moreno spēcīgi ietekmēja Einšteina Dieva apziņas iekļaušana viņa matemātiskajā un zinātniskajā pasaules izpratnē. Moreno filozofija apgalvo, ka cilvēki ir ne tikai bioloģiskas, psiholoģiskas un sociālas būtnes, bet arī kosmiskas būtnes. Moreno priekšstati par spēkiem, kas ietekmē cilvēkus, sniedzas tālāk par psihodinamiku un sociodinamiku, iekļaujot arī kosmodinamiku (fon Ameln & Becker-ebel, 2020). Viņš sludināja, ka “katrs cilvēks ir ģēnijs” – ir tikai ģēniji (Moreno, 2019, 12. lpp.). Moreno tikko izdotā ģēnija autobiogrāfija var izklausīties egoistiski un grandiozi; tomēr viņa nolūks ir paaugstināt ikvienu, lai piedzīvotu sevi un visus apkārtējos kā ģēniju.

Sludinot ģēnija būtību, Džeikobs Levijš Moreno paziņo, ka jūs esat ģēnijs – ka visi cilvēki ir ģēniji. Viņš aicina visus cilvēkus atpazīt savu radošo ģēniju un kopīgi radīt labāku pasauli. Šis aicinājums uz rīcību nāk mūsu pasaules vēsturē izšķirošā brīdī: vai mēs izdzīvosim? (Schreiber, Kelley un Giacomucci, 2019, 9.–10. lpp.)

Moreno mēģinājumi stiprināt cilvēka pašsajūtu nesākās ar izsaukumu, ka ikviens ir ģēnijs. Viņš sāka ar vēl drosmīgāku apgalvojumu, ka Dievs ir katrā cilvēkā. Viņa agrīnais darbs pirms imigrācijas uz ASV ir būtībā garīgi un eksistenciāli orientēts. Viņu dziļi ietekmēja pasaules reliģijas, svētie, Jēzus, Buda, viņa ģimenes ebreju mantojums un viņa mātes garīgums. Viņa ideja par dziednieku bija cieši saistīta ar Jēzu, ceļojošo mistiķi, kurš dodas satikt cilvēkus tur, kur viņi atrodas, nevis ārstu, kurš psihoanalizē pacientu uz dīvāna. Grāmatā “Who Shall Survive?” viņš raksta:

Es nedomāju, ka izcils dziednieks un terapeits izskatīsies un rīkosies tā, kā to darīja Vāgners vai Freids. Es vizualizēju dziednieku kā spontāni radošu protagonistu grupas vidū. Mans priekšstats par ārstu kā dziednieku un viņu viedoklis bija ļoti tālu viens no otra. Manuprāt, tādi cilvēki kā Jēzus, Buda, Sokrats un Gandi bija ārsti un dziednieki; Freidam tie droši vien bija pacienti. (1953, xxvii lpp.)

Pētot Dieva jēdziena attīstību, viņš sniedza jaunu evolūciju Dieva izpratnei. Viņš uzsver, ka Vecās Derības jēdziens par Dievu bija tāla un neredzama dievība (“Viņš-Dievs”) un ka Jaunās Derības Dievs bija cilvēks, mīlošs un klātesošs (“Tu-Dievs”). Viņš pasludināja vienīgo Dieva idejas dabisko evolūciju par cilvēku kā Dieva izpratni (“Es-Dievs”) (Moreno, 1921, 2019). Viņa agrīnā darba kulminācija bija 1921. gada publikācija ar nosaukumu “The Words of the Father”, kurā tika izklāstīti viņa garīgie uzskati. Moreno mēģināja īstenot šos uzskatus, izturoties pret visiem tā, it kā viņi būtu pret

Dievu, un viņiem piemita tāda pati dievišķība un radošuma spēja. Lai gan dažus viņa garīgie uzskati var atturēt, būtībā viņš katra cilvēka cieņu un vērtību pacēla savas filozofiskās sistēmas un pieejas sabiedrības problēmām priekšplānā.

Papildus tam, ka Moreno uzskatīja katru cilvēku par Dievu, viņš rakstīja arī par Dievību, vislielāko radītāju. Viņš raksta, ka viņa aizraušanās ar Dievu aizsākās bērnībā, kas noveda pie tā, ko viņš raksturoja kā savu pirmo psihodramu 4 gadu vecumā, kad viņš un viņa draugi sāka izspēlēt debesu ainu ar Moreno Dieva lomā. Vēlāk, būdams jauns pieaugušais, Moreno mudināja citus bērnus Vīnes parkos spēlēt Dieva lomu, izmantojot improvizētas spēles un drāmas. Moreno saviem lasītājiem atkārtoti saka, ka viņa sociometriskās un psihodramatiskās sistēmas nevar pilnībā izprast, vispirms neizprotot viņa garīgos uzskatus. "Es biju iztēlojies Dievu kā Visuma protagonistu un izveidoju pirmo sociogrammu, Dieva sociogrammu." (Moreno, 2019, 174. lpp.).

Es vispirms izmēģināju sociometrisku sistēmu uz kosmosa. Dievs bija super sociometrists. Sociometrijas ģenēze bija Dieva radītais metriskais visums, zinātne par "teometriju". To, ko es zinu par sociometriju, es vispirms uzzināju no savām spekulācijām un eksperimentiem reliģiskā un aksioloģiskā plānā. (Moreno, 2019, 28. lpp.)

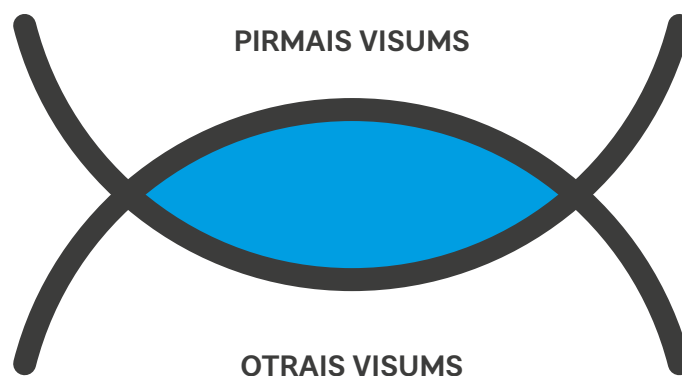
Citātos no viņa autobiogrāfijas mēs varam redzēt viņa garīguma ietekmi uz viņa domāšanas attīstību par sociometriju un sabiedrību. Viņš turpina teikt, ka papildus sociometrijai "psihodramas ģenēze bija cieši saistīta ar dievības ģenēzi" (Moreno, 2019, 25. lpp.). Viņa filozofijas par cilvēka dabu un Visumu ietekme nav atdalāma no sociometrijas un psihodramas metodēm. Zerka Moreno savā memuāros *To Dream Again* sasaucas ar J. L. filozofisko uzskatu, norādot: "mūsu instrumenti pamatā ir garīgi un eksistenciāli, norādot uz cilvēka gara vērtību un to atbalstot" (2012, 515. lpp.). Viņa turpina norādīt, ka "mēs esam vairāk nekā bioloģiski, ekonomiski, socioloģiski vai psiholoģiski radījumi, ka mēs vispirms esam kosmiskas būtnes" (2012, 40. lpp.). Un "tā vietā, lai skatītos uz cilvēci kā uz kritušu būtni, ikviens ir potenciāls ģēnijs un kā Augstākā būtne, līdzatbildīga par visu cilvēci" (Moreno, 2012, 295. lpp.). Visu cilvēku kā dievu vai ģēniju konceptualizācija prasa nostāju, ka visi cilvēki ir līdzatbildīgi un spēj dot ieguldījumu pasaules uzlabošanā. Moreno cilvēkus uzskatīja par palīg ego Dievam un viņa darbam kosmosā – "pasaulē ir tik daudz posta un ciešanu, šķiet, ka pat Dievs viens pats nespēj to visu izārstēt, tāpēc mums ir jādala atbildība". (Moreno, 1989, 6. lpp.) Moreno savas autobiogrāfijas pēdējā daļā apraksta kosmisko cilvēku kā:

Cilvēks, kurš ir iesilis pret sevi - rīkoties saskaņā ar savu noskaņojumu vai iecerēm, nevēloties rīkoties saskaņā ar kādu citu likumu, izņemot savu iekšējo balsi. Viņš ir indivīds, kas ir tuvu visām būtnēm, nevis atsevišķi no tām, bet gan ar tām un tajās, saistīts ar visiem cilvēkiem, dzīvniekiem un augiem. Viņš uzskata, ka ir daļa no Visuma, nevis ģimenes vai klana loceklis. Katrs viņam ir brālis vai partneris, - viņš nešķiro bagāto vai nabago, melno vai balto, vīrieti vai sievieti. Ikviens ir viņa draugs, un viņš vēlas palīdzēt visiem. (2019, 339. lpp.)

Var vilkt daudzas paralēles starp šo kosmiskā cilvēka aprakstu un sociālā darbinieka aprakstu, kurš pēc savas būtības ir motivēts runāt smagas patiesības, izturēties pret visiem kā vienlīdzīgiem, novērst netaisnību un diskrimināciju, kuras pamatā ir atšķirības, un palīdzēt tik daudziem cilvēkiem, cik vien iespējams.

Patiesās satikšanās simbols un autonomais dziedināšanas centrs

Moreno aprakstīja pirmā Visuma klātbūtni, "kurā ir visas būtnes un kurā visi notikumi ir svēti" (Moreno, 2019, 27. lpp.) pretstatā otrajam - formas, telpas un laika - Visumam. Tieši šo divu Visumu saskarsmē pastāv cilvēks (sk. 4.2. att.). Viņa filozofija liek domāt, ka pastāv "sākotnējā daba, kas ir nemirstīga un ar katru paaudzi atgriežas no jauna" (Moreno, 2019, 27. lpp.), ka zīdaina gars vai dvēsele iziet no pirmā Visuma otrajā Visumā caur dzimšanas pieredzi. Viņš apraksta dažus pirmos zīdaina dzīves gadus kā tādus, kas pastāv identitātes matricā, kurā netiek realizēta sevis izjūta un zīdāinis ir viens ar visu (Moreno, 1953). Socializācijas un psihosociālās attīstības gaitā cilvēki kļūst vairāk integrēti otrajā Visumā, vienlaikus piedzīvojot ieskatus pirmajā Visumā vai kosmiskajā realitātē. Moreno psihodramas surplus realitāti iztēlojās kā ceļu, lai piekļūtu un dzīvotu pirmajā Visumā un ka pēc nāves cilvēks atgriežas šajā pirmajā Visumā (Moreno, 2012).



Patiesās satikšanās modelis

Morena filozofijā šo cilvēka dabas sastāvdaļu sauc par autonomo dziedināšanas centru. Moreno aprakstīja sava autonomā dziedināšanas centra aktivizēšanu kā procesu, kas notiek mierīgi ķermenī, dziļi sevī, un ka tas tiek uzsākts ar darbību, nevis vienkāršiem vārdiem (Moreno, 2012). Zerka vēlāk skaidri norāda, ka visu veidu terapijas nolūks ir palīdzēt klientam iekļūt savā autonomajā dziedināšanas centrā un atrast savu ceļu (2012).

Tāpat kā tiek uzskatīts, ka katrs indivīds satur autonomu dziedināšanas centru, Dievu iekšienē, Moreno arī uzskatīja, ka katrai grupai, kopienai un pat pašai sabiedrībai ir autonomas dziedināšanas centrs un spēja sevi dziedināt, ja tam ir piekļuve. Visas Moreno grupas metodes un instrumenti ir savstarpējas palīdzības procesi, kas vērsti uz grupas locekļu dziedināšanas un savstarpējas palīdzības spēka izkopšanu vai, citiem vārdiem sakot, grupai piekļūstot savam autonomajam dziedināšanas centram, kas pastāv starppersonu sociometrijā un grupas kolektīvajā apziņā (Giacomucci, 2019).

Kā izskatītos mūsu darbs, ja mēs izturētos pret katru cilvēku kā pret Dievu, kas spēj sevi dziedināt, un katrai grupai jau ir viss, kas nepieciešams pašatdziedināšanai?

Lomas pieprasījums un cerības, ko šī pārlicība rada citiem, dod viņiem iespēju piekļūt savai spontanitātei un radošumam, lai dziedinātu sevi un atrisinātu savas problēmas. Tā būtībā ir sociālā darbinieka un psihodramatiķa loma.

Spontanitātes-radošuma teorija

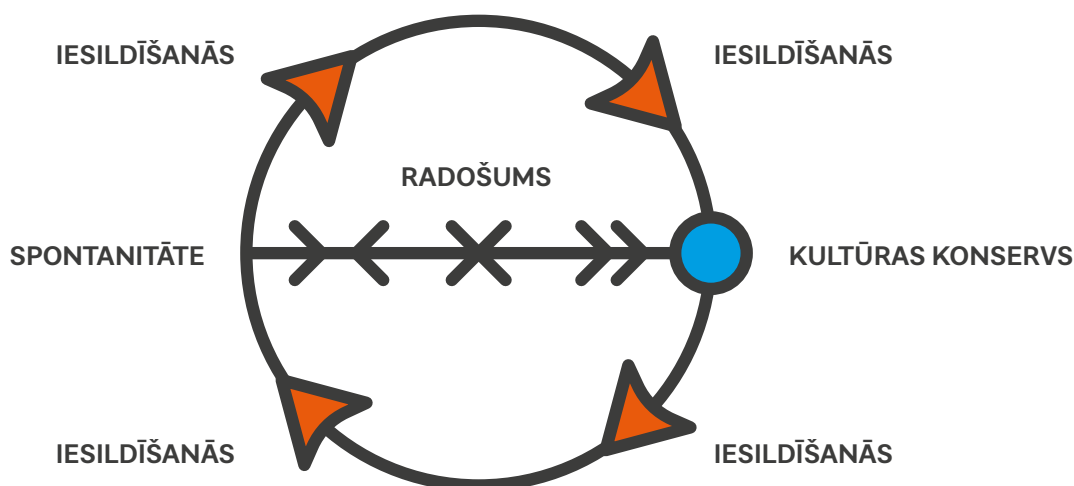
J. L. Moreno spontanitātes-radošuma teorija ir pārmaiņu teorija Moreno filozofijā un psihodramā kā terapeitiskā pieejā. Pirms medicīniskās apmācības Moreno studēja teoloģiju un filozofiju ar nolūku attīstīt reliģiju (skat. Religion of Encounter in Nolte, 2014), un daudzi viņu raksturoja kā mistiķi. Definējot savu Dieva jēdzienu, viņš raksturoja tā raksturīgāko īpašību kā radītāja funkciju – tā radošumu. Tādējādi viņš uzskatīja, ka spēja radīt kaut ko jaunu – mākslu, mūziku, ideju, jaunu atbildi, bērnu – pēc būtības ir dievišķa (Moreno, 1921, 2019). Tajā pašā laikā Moreno ierosināja, ka mēs kā kultūra pārāk uzsveram radīšanas produktus, nepievēršot uzmanību pašam radošā akta procesam. Viņš uzskatīja, ka gan spontanitāte, gan radošums ir galvenās garīgās īpašības, un uzsvēra visu cilvēku "dievveidību" (Moreno, 2019). Viņš raksta, ka "spontanitāte ir pastāvīgs radošuma pavadonis. Tas ir eksistenciālais faktors, kas 'iejaucas', lai radošie procesi tiktu atbrīvoti" (1956, 103. lpp.). Moreno uzskata, ka spontanitātes-radošuma dvīņi ir galvenais spēks, kas ir visa cilvēka progresā un visas cilvēka darbības pamatā (Nolte, 2014). Viņš definēja spontanitāti kā spēju "ar zināmu adekvātuma pakāpi reaģēt uz jaunu situāciju vai ar zināmu novitātes pakāpi uz veco situāciju" (Moreno, 1964, p. xii). Viņš arī identificēja "patoloģiskas spontanitātes formas, kas izkropļo uztveri, nošķir lomu izpildi un traucē to integrāciju dažādos dzīves līmeņos" (Moreno, 1964, xii lpp.); patoloģisku spontanitāti varētu uzskatīt par jaunu reakciju bez atbilstības (Dayton, 2005). Viņš uzskatīja, ka emocionālas vai psiholoģiskas problēmas ir saistītas vai nu ar veselīgas spontanitātes trūkumu, vai ar kāda veida patoloģisku spontanitāti. Turklāt viņš novēroja, ka trauksme un spontanitāte ir apgriezti proporcionālas, jo, vienam pieaugot, otrs samazinās – "Trauksme rodas tāpēc, ka trūkst spontanitātes, nevis tāpēc, ka "ir nemiers", un spontanitāte samazinās, ja nemiers pieaug" (1953, p. 337). Šis novērojums vēlāk tika apstiprināts, veicot kvantitatīvus pētījumus par panikas traucējumiem un spontanitāti (Tarashoeva, Marinova-Djambazova un Kojuharov, 2017).

Interesanti, ka Daniela Zīgela (Daniel Siegel) veselības un labsajūtas definīcija, šķiet, atspoguļo Moreno spontanitātes teoriju gadu desmitiem vēlāk. Zīgels norāda, ka visas garīgās slimības un sociālās disfunkcijas ir pārāk liela haosa vai pārāk lielas stingrības rezultāts un ka veselības stāvoklis pastāv līdzsvarā starp šīm divām galējībām (Siegel, 2010). Moreno filozofijā haoss ir patoloģiskas spontanitātes funkcija, un stingrība ir spontanitātes trūkuma funkcija. Moreno apgalvo, ka spontanitāte būtībā ir veselības un spējas reaģēt ar kompetenci rādītājs.

J. L. Moreno aprakstīja iesildīšanās procesu kā būtisku spontanitātes ģenerēšanai – "spontanitāte tiek ģenerēta darbībā vienmēr, kad organisms ir sasīšanas procesā" (1956, 110. lpp.). Kamēr spontanitāte ir saistīta ar radošā akta gatavību, radošums ir saistīts ar pašu aktu. Izveidotais produkts pēc tā izgatavošanas brīža vairs nav spontāns; to sauc par kultūras konservu. J. L. Moreno izstrādāja vizuālo diagrammu "The Creativity Canon" (1953), lai vizualizētu radošo procesu un attēlotu viņa spontanitātes-radošuma teoriju (sk. 4.3. att.). Šajā procesā notiek visas intrapsihiskās, starppersonu un sociālās pārmaiņas.

Mirkļis, situācija un šeit un tagad

Moreno uzsvēra šeit un tagad un mirkļa svētumu. Darbība, spontanitāte un radošums ir pieejami tikai šeit un tagad. Pašreizējam brīdim ir cita veida kvalitāte, un tas ir tilts starp pagātņi un nākotni. Moreno filozofija uzskata pagātņi kā "atmiņu pagātnes pieredzes mirklī", bet nākotni – kā "šeit un tagad gaidīšanu mirklī, kas galu galā varētu tikt piedzīvots" (Nolte, 2020, 131. lpp.). Tagadne ir pāreja starp pagātņi un nākotni. Piekļūstot spontanitātei un radošumam tagadnē, rodas jauna dinamiska nozīme, kas tagadni pārvērš mirklī (Moreno & Moreno, 1969). Psihodrāmā protagonistis ievieš ainu šeit un tagad tā, it kā tā notiktu šobrīd. Galvenā varoņa subjektīvā patiesība tiek cienīta un iestudēta uz psihodrāmas skatuves. Zerka Moreno atzīmē, ka sena notikuma konkretizācija psihodrāmas šeit un tagad ļauj atrast jaunu patiesību no vecā notikuma (1994).



Kreativitātes kanons, kas attēlo iesildīšanās procesu un attiecības starp spontanitāti, radošumu un kultūras saglabāšanu

Moreno eksistenciālā filozofija katru mirkli un situāciju pozicionē kā iespēju mainīties caur spontanitāti un radošu darbību. Tādā veidā katrs cilvēks ir iniciators, radītājs un aktīvs aģents pasaulē, nevis predeterminisma upuris. Psihodrāma sniedz iespēju pārskatīt pagātnes mirkļus un īstenot citu iespēju; vai pārtīt laiku uz priekšu šeit un tagad, lai piedzīvotu mirkli, kas vēl priekšā. Psihodrāma ļauj atbrīvoties no savas realitātes un piedzīvot brīvību radīt jaunu drāmu, izmantojot pārpalikuma realitāti (Moreno, 1946).

No pirmā acu uzmetiena šķiet, ka psihodramatiskā funkcija un realitātes funkcija izslēdz viena otru. Tas patiesībā ir tikai ārējais izskats, skatuve nav skatuve teātra izpratnē, tā ir sociāla platforma, aktieri nav aktieri, bet gan reāli cilvēki, un viņi nevis "darbojas", bet prezentē sevi. (Moreno, 1943, 333. lpp.)

ilvēki būtībā ir nozīmes veidotāji — psihodrāmu izmanto, lai izpētītu, dekonstruētu un konstruētu nozīmi, izmantojot radošo procesu darbībā (Oudijk, 2007). Moreno darbojās no postmodernisma ietvara, par ko liecina psihodrāmas uzsvars uz protagonista perspektīvu (Blatner, 2000). Iestudējot psihodrāmas ainu, protagonistis ainu, lomas un darbību attēlo no viņu perspektīvas — Moreno pat ievēroja šo principu, strādājot ar psihotiskiem un šizofrēniskiem pacientiem, nodrošinot viņiem vietu, kur burtiski izspēlēt savas fantāzijas un realitāti.

Viņš uzsvēra, cik svarīgi ir satikt klientu tur, kur viņi atrodas, un šeit un tagad.

Darbības teorija

J.L. Moreno uzskatīja, ka mēs visi esam dzīves lugas improvizācijas aktieri, ka katrs cilvēks ir viens otra palīgs (Moreno, 2013). Viņš integrēja teātra aspektus, lai radītu psihodrāmu, uzskatot, ka "tas, kas tika apgūts darbībā, ir jāiemācās darbībā" (Dayton, 2005, xxvii lpp.). Pats termins psihodrāma nozīmē "Psihe darbībā" (Carnabucci, 2014). Viņš ticēja rīcības spējai radīt pārmaiņas un apstrīdēja Freida "runājošo līdzekli". Satiekoties ar Freidu Vīnes universitātē, J. L. Moreno iesaucās:

Dr. Freid, es sāku tur, kur beidzat. Jūs satiekat cilvēkus sava biroja mākslīgajā vidē. Es viņus satieku uz ielas un viņu mājās, viņu dabiskajā vidē. Jūs analizējat viņu sapņus; Es cenšos viņiem dot drosmi atkal sapņot.

(J. L. Moreno, Z. T. Moreno, & J. D. Moreno, 1964, 16.–17. lpp.).

Psihodrāma ir viena no pirmajām uz ķermeni orientētajām psihoterapijas formām, kas pārsniedz tikai vārdus un stāstījumu (Carnabucci & Ciotola, 2013). J. L. Moreno darbības teorija balstās uz domu, ka runāšana vienatnē nopietni ierobežo klienta-terapeitu spēju izpētīt problēmu vai radīt pārmaiņas. "Lai cik svarīga ir verbālā uzvedība, darbība ir pirms vārda un to "ietver" (Moreno, 1955, 17. lpp.). Zerka Moreno vēlāk apgalvo, ka "pat tad, kad tiek sniegta interpretācija, darbība ir primāra. Nevar būt interpretācijas bez iepriekšējas darbības" (1965, 77. lpp.).

Neirozinātnes pētījumi ir parādījuši, ka mēs esam "darbības būtnes un mūsu dzīves stāsti burtiski ir ierakstīti mūsu nervu sistēmās" (Dayton, 2005, 55. lpp.). Neirozinātnieki ir paziņojuši, ka pieredze maina smadzenes un tai ir korigējošas iespējas mainīt iepriekšējās nelabvēlīgās pieredzes ietekmi (Cozolino, 2014; Siegel, 2012). Psihodrāmas pārpalikuma realitāte piedāvā iespējas korigēt emocionālus pārdzīvojumus, kas citādi nebūtu bijuši neiespējami (Giacomucci, 2018c; Giacomucci & Stone, 2019).

Darbības teorija ir komplementāra ar pieredzes mācīšanās teorijām, kas ir iestrādātas sociālā darba izglītībā. Pieredzes izglītība piedāvā ietvertu mācīšanās pieredzi, kurā mācību saturs ir saskarē ar darbību, nevis vienkārši runā par to. Moreno iedvesmoja Džons Džūijs (John Dewey), pieredzes izglītības tēvs, un viņš pat ierosināja savu mācīšanās spontanitātes teoriju (1949), kurā tika uzsvērtā spontanitātes apmācība izglītībā, nevis faktu vai informācijas iegaumēšana.

Moreno uz darbību balstītas izglītības idejas atspoguļo Freire (Freire, 2013), kā arī Kolbs un Kolbs, kuri šo pieeju raksturo kā "integratīvu pieeju mācībām, kas līdzsvaro jūtas, domāšanu, rīcību un refleksiju" (Kolb & Kolb, 2005, 200. lpp.). Sociālā darba izglītība apraksta savu raksturīgo pedagogiju kā prakses pieredzi, kas būtībā ir pieredzes mācīšanās struktūra, kas uzsver lomu apmācību (Giacomucci, 2019).

Lomu teorija

Moreno personības teorijas pamatā ir lomu teorija (Telias, 2018). Termins loma nav cēlies no socioloģijas, psiholoģijas vai psihiatrijas, bet gan no teātra. Senās Grieķijas un Romas drāmas iestudējumos aktiera tēls vai rindas bieži tika rakstītas uz "rullīšiem" un iegaumētas. J. L. Moreno apgalvo, ka lomu teorija pārsniedza psihoanalīzes un biheiviorisma ierobežojumus ar sistemātisku sociālo fenomenu izpēti, tādējādi kalpojot par galveno tiltu starp psihiatriju un sociālajām zinātnēm (1961). Lomas jēdziens integrē kognitīvos, afektīvos un uzvedības stāvokļus vienkāršai kategorizēšanai (Buchanan, 1984), vienlaikus demistificējot psihiatriskās iezīmes un savienojot tās ar klienta sevis pieredzi (Hudgins, 2002).

J. L. Moreno uzskatīja katru cilvēku kā lomu spēlētāju (Fox, 1987). Viņš norāda, ka es jeb personība sastāv no visām lomām, kuras cilvēks spēlē savā dzīvē – “lomas neveidojas no patības, bet patība veidojas no lomām.” (1953, 76. lpp.). Viņš iezīmē trīs lomu kategorijas – somatiskās, psihodramatiskās un sociālās lomas. Somatiskās lomas vispirms attīstās pirmsverbālajā dzīves posmā un atspoguļo sevis fiziskos vai ķermeniskos aspektus, tostarp ēdāju, elpotāju, gulētāju, rāpotāju utt. Vēlāk attīstās psihodramatiskās un sociālās lomas, taču visi trīs lomu veidi ir cieši saistīti. Psihodramatiskās lomas jeb psihē izspēlētās lomas atspoguļo patības iekšējās dimensijas – domātāju, jutēju, fantazētāju, sapņotāju utt. Un visbeidzot, sociālās lomas, kas ir iegūtas kultūras kontekstā, ir mūsu lomas attiecībās ar citiem un sabiedrību, piemēram, tēvu, māsu, skolotāju un studentu. (Moreno, 1934). Moreno raksta, ka visu cilvēka somatisko vai fizioloģisko lomu kopums ir vienāds ar viņu somatisko vai fizioloģisko es. Tāpat visu cilvēka psihodramatisko lomu un sociālo lomu kopums pārstāv viņu psihodramatisko es un sociālo patību. Šīs trīs lomu kopas ļauj indivīdam pilnībā izjust savu ķermeni, psihi un sabiedrību (Moreno, 1972).

Pakāpeniski jāveidojas darbības un kontaktu saitēm starp sociālo, psiholoģisko, fizioloģisko lomu klasteriem, lai pēc to apvienošanās varētu identificēt un piedzīvot to, ko saucam par “es”... Ķermenis, psihe, un sabiedrība ir visi “sevis” starpnieki. (Moreno, 1972, III–IV lpp.)

Tādā veidā Moreno lomu teorija pēc būtības ir biopsihosociāli-garīga sevis konceptualizācija, kas lieliski iekļaujas sociālā darba filozofijā, veidojot indivīdu plašākā sociālajā kontekstā.

Turklāt viņš iezīmē trīs lomu attīstības posmus, sākot ar lomu uzņemšanos vai lomu apmācību. Šajā fāzē indivīds apgūst jaunu lomu un iejaucas lomā, tostarp strādā ar jebkādam pretrunām par lomu un veido savienojumu ar lomu modeļiem. Tiklīdz tiek apgūta kultūras ziņā saglabāta loma, tā tiek spēlēta lomu spēlē. Lomu spēles attīstības stadijā indivīds sāk dabiski ienest sevi lomā. Pēdējais attīstības posms ir lomu radīšana, kas apraksta procesu, kurā kādreiz apgūta loma tiek pārveidota par jaunu, unikālu lomu (Dayton, 2005).

Šis lomu radīšanas vai lomu pārveidošanas process bieži vien atgriežas lomas uzņemšanas stadijā, kad viņi mēģina noturēt jaunizveidoto lomu. Lomu teorija ierosina, ka indivīds ar plašu lomu repertuāru vai spēju adekvāti pāriet uz dažādām lomām, pamatojoties uz situācijas kontekstu (spontānitāte), demonstrēs veselīgu personību un sociālo funkcionēšanu (Fox, 1987). Lomu teorija nodrošina nepatoloģisku alternatīvu tradicionālajām personības un psihopatoloģijas teorijām.

Piemēram, J. L. Moreno regresiju konceptualizēja kā lomu spēles veidu:

Paranojas uzvedības gadījumā lomu repertuārs tiek samazināts līdz izkropļotai darbībai vienā lomā. Novirzītais nespēj pildīt lomu uz vietas. Viņš vai nu pārspēlē, vai nepietiekami spēlē daļu; neadekvāta uztvere tiek apvienota ar izkropļotu darbību. Aktieru histrioniskā neuroze ir saistīta ar aktiera lomas personībai “svešu” lomu fragmentu iejaukšanos. (1961, 521. lpp.)

Šis fragments norāda uz viņa izpratni par lomām kā augšupejošu vai lejupejošu, pamatojoties uz to, cik daudz vai maz kāds ir attīstījis lomu un cik šī loma ir pieejama ego. “Ego ir jābūt lomām, kurās darboties” (Hale, 1981, 8. lpp.).

Kā lomu spēlētāji mēs nepastāvam sociālā izolācijā — tā vietā katra mūsu loma attīstās un pastāv attiecībās ar citām. Lomas ir saistītas ar pretlomām, kas demonstrē lomu savstarpīguma fenomenu. “Nav vecāku bez bērniem, nav skolotāju bez skolēniem, nav terapeitu bez klientiem, nav vergu bez kungiem utt. Citiem vārdiem sakot, mēs visi esam savstarpēji saistīti” (Moreno, 2013, 38. lpp.). Lomu savstarpība uzsver cilvēka-vides perspektīvu, konceptualizējot lomas vai “es” aspektus kā tādus, kas pēc būtības ir saistīti ar citiem. Kādā topošā sektorā. (5.4), kultūras atoms tiks prezentēts kā lomu attiecību diagramma starp indivīdu un viņa sociālo loku.

Attīstības teorija

Moreno filozofija ietver savu unikālo attīstības teoriju un attīstības posmus, kuri atspoguļo un vada izmantotās iekļaušanās psihodramas darbībā. Attīstības teorija ir cieši saistīta ar Moreno filozofiju par cilvēka dabu un kosmisko cilvēku — šī saikne ir skaidri norādīta 27. rakstā žurnāla "Quintessential Zerka" ar nosaukumu "Kosmiskās būtnes astoņi posmi, ņemot vērā spējas un nepieciešamību dubultoties un lomu apgriezties" ("The Eight Stages of Cosmic Being in Terms of Capacity and Need to Double and Role Reverse") (2006). Kā minēts iepriekš, Moreno ierosināja, ka zīdāinis ir piedzimis šajā pasaulē no pirmā Visuma un pastāv nediferencētas identitātes stāvoklī. Pirmajās nedēļās pēc dzimšanas zīdāini dzīvo identitātes matricā, kuras laikā viņi izjūt sevi kā vienotu ne tikai ar māti, bet arī ar visiem objektiem un apkārtējo vidi (1952). Izmantojot atbilstošu dubultošanu, spoguļošanu un lomu maiņu, bērns attīsta sevis un citu sajūtas. Dubultošana ir J. L. Moreno psihodramatiskās attīstības teorijas pirmais posms. Zerka Moreno (2006) norāda, ka dubultošana ir būtiska, lai veidotu veselīgu pieķeršanos, jo aprūpētāji izmanto vārdus tam, kas neverbālajam zīdāinim ir neizrunāts un neapzīmēts (kā minēts Hudgins & Toscani, 2013). Šajā attīstības stadijā dubultošanās rada zīdāinim (vai klientam) turēšanas vidi, lai justos redzēts un saprasts no iekšpuses uz āru (Dayton, 2005). Šo attīstības posmu raksturo pieķeršanās nozīme starp zīdāini un aprūpētāju(-iem), un tas nosaka ietvaru zīdāiņa spējai pašregulēties nākotnē (Cozolino, 2014). Deitons iezīmē pieķeršanās nozīmi no J. L. Moreno attīstības teorijas šādā fragmentā:

Ja vecāks ir bērna pieredzes "dubultnieks", bērns jūt vietas un piederības sajūtu. No otras puses, ja viņa atstāj zīdāini pasaulei bez dubultošanās, bērnam var šķist, ka viņš ir nesaprotams citiem, un var rasties sava veida plaša, jo jūtas nesaprasts vai nav sinhronitātes ar savu ārējo sevis attēlojumu, jo no bērna viedokļa vecāki un daži brāļi un māšas ir daļa no viņa pašā. (2005, 161. lpp.)

Šajā pirmajā attīstības posmā dubultošana ir būtiska veselīgai identitātes veidošanai. Ja mātes mēģinājumi dubultot un apmierināt zīdāiņa vajadzības ir neprecīzi, zīdāinis noteikti to viņai paziņos neverbālās komunikācijas ceļā. Līdzīgā veidā protagonistis labos neprecīzus citu grupas dalībnieku atbalstus dubultošanā, tādējādi stiprinot savu ego identitāti. Divkārsā iekļaušanās jeb loma psihodramā palīdz izziņāt protagonistas iekšējo realitāti un kalpo kā tilts starp režisoru un protagonistu (Hudgins & Toscani, 2013; Moreno, 2006).

Runājot par attīstību, spoguļa stadija ir tad, kad bērns sāk atpazīt sevi kā atsevišķu indivīdu (Moreno, 1952). Šis posms, kas sākas aptuveni deviņu mēnešu vecumā, ietver zīdāiņa spēju "kopīgot uzmanību" un "sekundāro intersubjektivitāti" (Dayton, 2005). Zīdāinis tagad spēj novirzīt uzmanību starp cilvēku un objektu, saskaņojot savu vizuālo uzmanību ar aprūpētāja uzmanību, tādējādi sāk attīstīt izpratni par kopīgu, bet atsevišķu pieredzi (Hobson, 1989; Trevarthen, 1998). Tas ir, kā apgalvo Deitona: "es apziņas ausma, kas atšķiras no pasaules ārpus sevis" (2005, 163. lpp.).

Moreno attīstības teorija iezīmē lomu maiņu kā trešo fāzi. Cilvēkam nav iespēju apmainīt lomas, kamēr viņš vispirms nav izveidojis pamata pašsajūtu. Zīdāinim iepriekšējā attīstības stadijā, pirms aptuveni divu vai trīs gadu vecuma, šādas spējas nebūs, lai gan lielākajai daļai pieaugušo tā ir (Moreno, et al., 1955). J. L., Zerka un Džonatans Moreno (Jonathan Moreno) publicēja rakstu par lomu maiņas izmantošanu, lai palīdzētu audzināt bērnu un uzsvērtu tā terapeitisko potenciālu. Lomas maiņa atgādina atdalīšanas un individualizācijas procesu, ko iezīmēja Mālers, Pine un Bergmans (Mahler, Pine, and Bergman, 1975). Šis attīstības posms atspoguļo patiesu atšķirtības sajūtu un spēju just līdzīgi citiem.

Tas ir intersubjektivitātes stāvoklis, kas dinamiskās attiecībās ir attiecībās ar savu un otra duālo apziņu (Dayton, 2005). "Lomu maiņas gadījumā sevis izjūta ir pietiekami neskarta, lai mēs varētu uz laiku to atstāt, iejusties cita vietā un droši atgriezties mājās" (Dayton, 2005, 439. lpp.).

Psiholoģiski mainot lomas ar citiem, bērns attīsta lielāku atbildību par savu rīcību, par sevi un uzlabo viņa spēju iejusties empātijas pret citiem sociālajā pasaulē.

Bērnam sasniedzot pilngadību, vecāks turpina dubultot un mainīties ar viņu lomu, lai panāktu atdalīšanos un neatkarību. Pēc tam pieaugušais bērns kļūst par palīgu novecojošam vecākam, kura veselība pasliktinās un kurš gatavojas atgriezties kosmosā (Moreno, 2006). Tagad aprūpētāja lomas ir mainījušās, un pieaugušais bērns dubulto un maina vecāku lomu, kad viņi nodzīvo savus pēdējos gadus otrajā Visumā un pilnībā pāriet atpakaļ uz pirmo Visumu.

Tele un patiesā satikšanās

Moreno starppersonu teorija un tikšanās

*Divu cilvēku tikšanās: aci pret aci, seja pret seju
Un kad esat tuvumā
Es izrašu tev acis
un ievietošu tās manējo vietā
un tu izrausi man acis
un novietosi tās savējo vietā,
tad es skatīšos uz tevi ar tavām acīm
un tu skatīsies uz mani ar manējām. (Moreno, 1914).*

Šis citāts no Moreno 1914. gada dzejoļa "An Invitation to an Encounter" atspoguļo viņa starppersonu teorijas, psihodramatiskās teorijas un eksistenciālās filozofijas pamatus. Viņš raksta, ka jēdziens "satikšanās" (Begegnung) nav labi tulkojams no vācu valodas angļu valodā. Ka angļu valodā tas zaudē savu dziļumu un kļūst sterils, neskaidras starppersonu attiecības. Viņa iecerētā nozīme ir daudz nozīmīgāka satikšanās.

Tas nozīmē, ka divas vai vairākas personas satiekas, bet ne tikai, lai sastaptos viens ar otru, bet lai dzīvotu un pieredzētu viens otru kā aktieri katrs pats par sevi, nevis kā "profesionāla" tikšanās (darbinieks vai ārsts, vai dalībnieks-novērotājs un viņu subjekti), bet divu cilvēku tikšanās. Tikšanās reizē abas personas atrodas kosmosā ar visām savām stiprajām un vājajām pusēm, divi cilvēki, kas kūsā no spontanitātes..." (Moreno, 1943, 310. lpp.).

Moreno šo dzejoli raksturo kā visvienkāršāko starppersonu attiecību definīciju (1955). Viņš raksta, ka tikai caur autentisku citu cilvēku satikšanos veidojas dabiski grupējumi un reālas sabiedrības (1946). Īstas tikšanās rezultātā abi cilvēki tiek mainīti un ietekmēti viens no otra.

Nolte (Nolte) sastapšanos raksturo kā "divus aktīvus individuus, kas dzīvo un piedzīvoja viens otru" (2014, 19. lpp.). Katrs sastapšanās dalībnieks nonāk pie dziļākas sevis apzināšanās, izmantojot pilnīgu savstarpīgumu ar otru, vienlaikus intuitīvi mainot lomas pilnā spontanitātē un autonomijā šeit un tagad (Moreno, 1960). Turpinājumā viņš raksta, ka "satikšanās ir arī patiesais terapeitiskā procesa pamats" (1960, 16. lpp.). Tieši caur šo objektīvu attīstījās Moreno sociometriskās un psihodramatiskās teorijas. Moreno starppersonu teorijai un Martina Bubera (Martin Buber) koncepcijai Es un tu (I and Thou) (Buber, 1923), kas publicēta 9 gadus vēlāk, ir daudz kopīga. Interesanti, ka Moreno un Martins Bubers strādāja kopā literatūras žurnāla Daimon redakcijas komandā Vīnē un nepārprotami būtiski ietekmēja viens otra domāšanu (Moreno, 2019).

Moreno darbi ietekmēja daudzus citus, un, tā kā viņš savus darbus publicēja anonīmi deviņus gadus, viņa vārds ir attālinājies no daudziem viņa darbiem. Neskatoties uz to, daži iebilst pret apgalvojumu, ka "Moreno bija pionieris cilvēku saiknes izpētē" (Hale, 2009, 356. lpp.).

Tele

"Mēs varējām novērot, ka daži indivīdi ir viens pret otru zināmā mērā jūtīgi, it kā viņi būtu sasaistīti kopā ar kopēju dvēseli. Kad viņi uzsilst līdz noteiktam stāvoklim, viņi 'klikšķ'" (J.L. Moreno, 1924, 57. lpp.). Šis citāts no J.L. Moreno Das Stegreiftheater (Spontanitātes teātris) apraksta tele jēdzienu gandrīz desmit gadus pirms viņš, izmantojot savu sociometrisku pētījumu, nosauca šo terminu. Termins tele ir atvasināts no grieķu vārda, kas nozīmē "tālu" vai "attālumā" (Moreno, 1934). J. L. Moreno norāda, ka "katras veselīgas cilvēku attiecības ir atkarīgas no tele klātbūtnes"; viņš definē tele kā "ieskats", "novērtējums" un "sajūta" par otras personas "faktisko uzbūvi". (1959, 37. lpp.).

Tas ir "sociāls gravitācijas faktors, kas darbojas starp indivīdiem, liekot tiem veidot vairāk pozitīvas vai negatīvas pāru attiecības... nekā nejaušas" (J.L. Moreno, 1947, 84. lpp.). Tele var tikt uztverta kā divvirzienu empātija (J.L. Moreno, 1953). Terapijas progress un jebkuras grupas attīstība ir atkarīga no tele kā tās attīstības pamats (Moreno, 2000). "Tele pārraida vēstījumu, ka cilvēki ir starppersonu fenomena dalībnieki, kad viņi kontaktējas un sazinās, un rezonē viens ar otru no attāluma, un kad viņi sūta emocionālus ziņojumus, kas tiek projicēti visā telpā." (Kellermann, 1992, as cited in Dayton, 2005, p. 53). Deitons (Dayton, 2005) norāda, ka tele fenomens darbojas, izmantojot to, ko neirozinātnieki raksturo kā "afektīvi uzlādētu, sejas mediētu saziņu no labās puses smadzenēm uz smadzenēm zemākā par apziņu līmenī." (Lazarus un McCleary, 1951). Tāpat Yaniv (2014) iepazīstina ar tele neiropsiholoģijas konceptualizāciju kā saistītu ar orbitofrontālās garozas funkciju – emocionālās valences izsekošanu. Tele nav transference vai kontrtransference (J.L. Moreno mēģināja izjaukt "pacienta-terapeita" spēka dinamiku, atsaucoties uz kontrtransferenci kā transferenci). Transference ir vienvirziena process – izkropļota tele, bet tele ir divvirzienu precīza vienam otra pārzināšana. Attiecībās bieži sastopama gan transference, gan tele, un mērķis laika gaitā ir transferenci aizstāt ar teli (J.L. Moreno, 1959). "Pēc definīcijas transference mēdz radīt starppersonu attiecību nodalīšanos. Savukārt tele stiprina asociāciju un veicina grupu nepārtrauktību, drošību, stabilitāti, savstarpīgumu un saliedētību" (Moreno, 1983, 164. lpp.). J.L. Moreno atšķir tele no transferences šādā rindkopā:

Transferencei, tāpat kā telei, ir kognitīvs, kā arī konatīvs aspekts. Lai izvēlētos pareizo terapeitu un grupas partneri, ir nepieciešams telekanāls; lai nepareizi novērtētu terapeitu, ir jāizvēlas grupas partneri, kas konkrētajā darbībā rada nestabilas attiecības. (1959, 12. lpp.).

Viņš apgalvo, ka transference ir fantāzija (surplus realitāte), kuras pamatā ir iepriekšējā pieredze, savukārt tele pamatā ir jūtas cita aktualitātē. Transference balstās uz cilvēka iekšējo psihodinamisko pieredzi; tele raksturo sociodinamiku starp diviem indivīdiem (1959).

Teles klātbūtne psihodrāmas grupās nereti tiek izcelta, kad protagonistis izvēlas citu grupas dalībnieku (bieži vien nezinot viņu vēsturi), lai spēlētu konkrētu lomu – tikai vēlāk, uzzinot, ka loma tieši sakrīt ar šī grupas dalībnieka personīgo darbu (Nolte, 2014). Tele ir pamatā indivīda spējai pilnvērtīgi darboties atpakaļgaitā ar citu cilvēku (fon Ameln & Becker-ebel, 2020). Tele pastāv visās grupās, kā arī visās sociometriskajās, psihodramatiskajās un grupu psihoterapijas sesijās. Tas visvairāk izpaužas grupas sociometrijā, attīstot abpusējas izvēles vai kad cilvēka uztvere pret citu atbilst šī cilvēka "es" pieredzei (Heils, 1981).

Mācīšanās ar radošām darbības metodēm grupā

Pieaugušo izglītības pamatā ir personīgā pieredze un sociālās attiecības. Personīgo attiecību pamatā var būt

- dažādi dzīves notikumi
- kompetences un prasmes
- izglītība
- karjera profesionālajās jomās
- un ievērojamas un nozīmīgas epizodes, kas atstāj iespaidu – apzinātu vai neapzinātu – uz indivīdu

Un, protams, pieaugušā identitāte, personība un raksturs + daba un audzināšana atstāj iespaidu uz to, kā indivīds mācās.

Radošo darbības metožu pamatā ir psihodrāma un sociodrāma, un sociometrija. Psihodrāma un sociodrāma izmanto personisko un kolektīvo pieredzi kā materiālu iespēju izzināšanai radošā procesā. Sociometrija ir attiecību zinātne grupās un kopienās – kā tās tiek pētītas, atzītas, un kā tās var attīstīt un stiprināt. Abu galvenais mērķis ir stiprināt radošumu un pavērt jaunus veidus un ceļus potenciālam, kas ir katrā indivīdā un grupā.

Pastāv cieša saikne starp pieaugušo izglītību un attīstību ar psihodrāmu un sociodrāmu, kas balstās uz sociometriju. Abi kā sākumpunktu mācībām izmanto pieredzi, un principa process ir vienāds.

Kolbs: Empīriskā mācīšanās

Viena no visvairāk izmantotajām prakses teorijām pieaugušo izglītībā ir Deivida Kolba (1984) empīriskā mācīšanās teorija. Tā uzskata pieaugušo izglītību par procesu, kas ietver četrus posmus: pieredzes apvienošanu, reflektējošu novērošanu, abstraktu konceptualizāciju un aktīvu eksperimentēšanu. Pieaugušo izglītības pamatā ir pieredze – pagātne vai tagadne. Veidojot pieredzes posmu, tiek aktivizēta, apspriesta un, iespējams, gūta pieredze, kas saistīta ar mācību mērķi. Reflektējošs novērojums attiecas uz pieredzes apzinātu izpēti no "reflektējošā pozīcijas". Pārdomu rezultātus vispārina abstrakta konceptualizācija. Ceturtais solis ir aktīvs eksperiments, kurā darbībā un praksē tiek pārbaudīta jaunā darbības vai uzvedības versija, kas tiek radīta pirmajos trīs posmos. Tas savukārt rada jaunu pieredzi, kas var būt jauns mācību cikla saturs.

Radošais process psihodrāmā

Arī psihodrāmā principiālajam procesam ir četri posmi - iesildīšanās, darbība, dalīšanās, kā arī apstrāde un integrācija. Tas veido pamatu radošajam procesam.

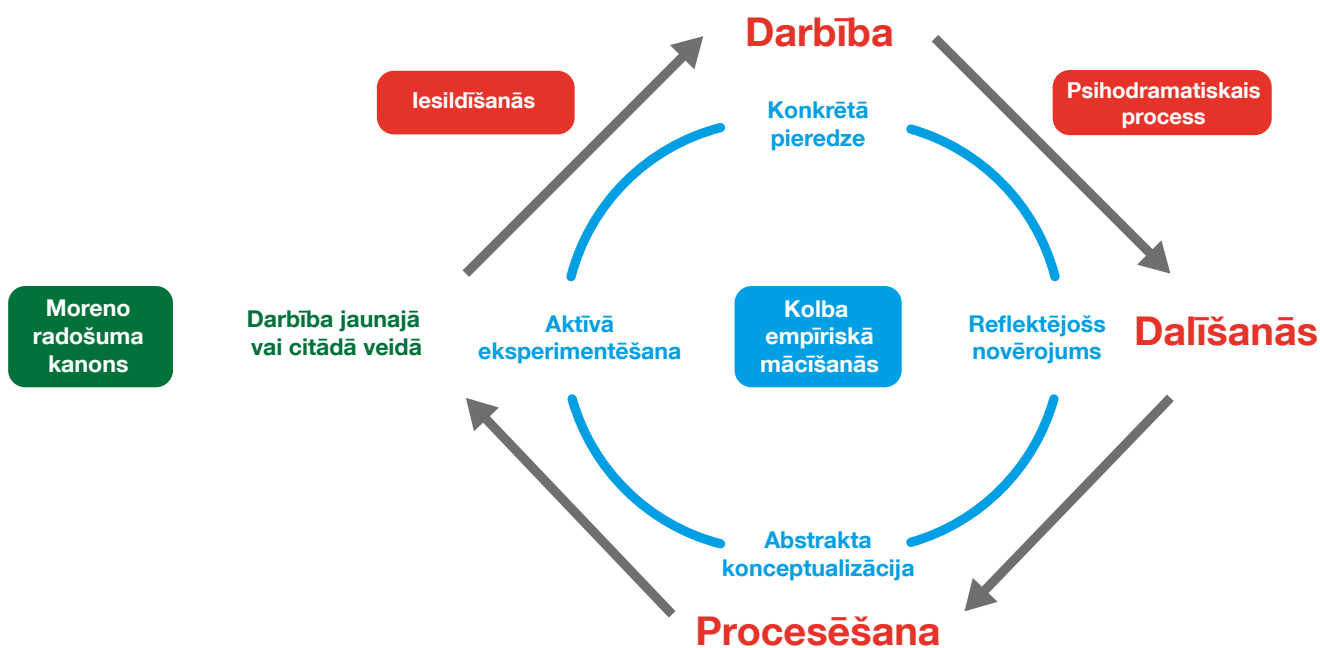
Iesildīšanās dalībnieki tiek iesildīti – ieskaņoti – "šeit un tagad" daudzajās dimensijās: fiziskās, mentālās, psiholoģiskās, garīgās dimensijas indivīdos, grupu attiecībās, tēmās un saturos utt. Diezgan bieži iesildīšanās ietver fiziskas aktivitātes ķermeņa, smadzeņu un sociālo attiecību iesildīšanai. Pieredze, kas tiek aktivizēta šajā iesildē, ir visa procesa sākumpunkts. Darbības fāzē grupā tiek atdzīvināta jau esošā pieredze, to veidojot no jauna ar drāmā balstītām metodēm. To darot, veidojas jauna, kopīga pieredze. Daloties, dalībnieki dalās un stāsta, kas notika sevī darbības fāzē un kā bija tajā piedalīties.

Spontanitāte-radošums ir viens no Moreno teorijas un filozofijas pamatjēdzieniem. Radošuma cikls apraksta saikni starp spontanitāti un radošumu – spontanitāte ir radošuma katalizators. Kopā tie var radīt jaunu pieredzi, kas ir pilnīgi jauna vai jau esošas pieredzes jauna versija.

Moreno ir definējis spontanitāti kā "jaunu rīcības veidu pazīstamā situācijā vai adekvātu rīcības veidu jaunā situācijā". Radošajā procesā spontanitāte tiek aktivizēta iesildīšanās fāzē, un jaunā versija tiek radīta darbības fāzē.

Mācīšanās psihodrāmā un ar psihodrāmu

Gan Kolba empīriskā mācīšanās, gan psihodrāma izmanto pieredzi kā pieaugušo izglītības pamatu. Empīriskais mācību process un radošais process psihodrāmā var tikt apvienoti tādā veidā, kas izceļ psihodrāmas specifiku – darbību, radošumu un jaunu pieredzi mācībām.



1. attēls. Psihodramatiskais process un empīriskās mācīšanās cikls. (Kauppila 2022).

Abu procesu galvenās četras fāzes var apvienot tādā veidā, kā parādīts 1. attēlā Empīriskā mācīšanās un mācīšanās psihodrāmā. Radošās darbības metodes atdzīvina pieredzi holistiski un rada jaunas versijas, nevis reproducē pieredzi, kas varētu notikt parastajā dalīšanās fāzē diskusiju ceļā. Izmantojot radošās darbības metodes, var aktivizēt un izmantot visu mācību grupu kopīgas pieredzes kopveidā, kas piedāvā pamatu kopīgam mācīšanās procesam sociālajās attiecībās.

Atsauces:

Kauppila, R. (2022). Learning in psychodrama. Manuscript in preparation.

Kolb, D.A. (1984). Experiential learning: experience as the source of learning and development. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Pieaugušo mācīšanās un radošās darbības metodes

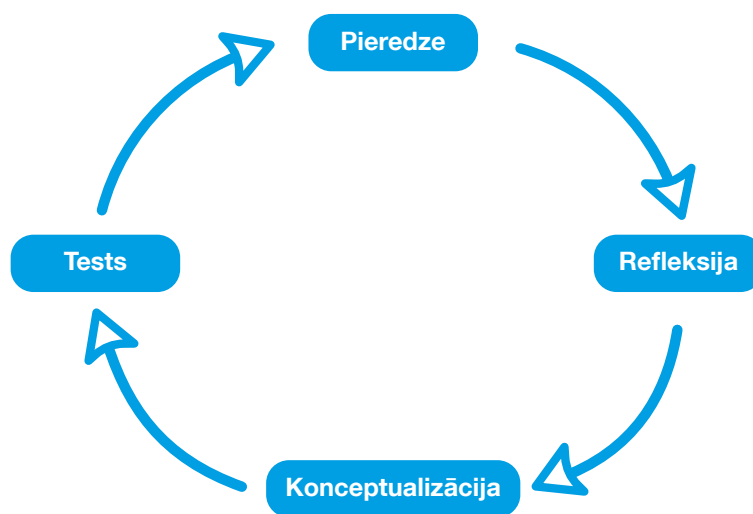
Empīriskā mācību cikls:

Kolba empīriskās mācīšanās stila teoriju parasti pārstāv četrpakāpju mācību cikls, kurā apmācāmais "pieskaras visiem pamatiem":

1. Konkrēta pieredze - (tiek sastapta jauna situācijas pieredze, vai esošās pieredzes pārinterpretācija).
2. Reflektīvs novērojums (jaunās pieredzes. Īpaši svarīgas ir jebkādas neatbilstības starp pieredzi un izpratni).
3. Abstraktā konceptualizācija (Refleksija rada jaunu ideju vai esošā abstraktā jēdziena modifikāciju).
4. Aktīva eksperimentēšana (apmācāmais tos pielieto apkārtējā pasaulē, lai redzētu, kādi ir rezultāti).

Efektīva mācīšanās ir redzama, kad persona progresē četru posmu ciklā:

1. Par konkrētu pieredzi, kam seko
2. Pieredzes novērošana un pārdomāšana, kas noved pie
3. Abstraktu jēdzienu veidošana (analīze) un vispārinājumi (secinājumi), kas pēc tam
4. Tiek izmantots, lai pārbaudītu hipotēzes nākotnes situācijās, kā rezultātā rodas jauna pieredze



Kolbs mācīšanos uzskata par integrētu procesu, kurā katrs posms viens otru atbalsta un iekļauj nākamajā. Ciklā ir iespējams iekļūt jebkurā posmā un sekot tam cauri tā loģiskajai secībai. Tomēr efektīva mācīšanās notiek tikai tad, ja apmācāmais spēj izpildīt visus četrus modeļa posmus. Tāpēc neviens cikla posms pats par sevi nav efektīvs kā mācību procedūra.

Izglītības ietekme:

Skolotāji varētu izmantot gan Kolba mācību posmus, gan ciklu, lai kritiski novērtētu studentiem parasti pieejamo mācību nodrošinājumu un izstrādātu piemērotākas mācību iespējas. Pedagoģiem jānodrošina, ka aktivitātes tiek izstrādātas un veiktas tā, lai katram izglītojamajam būtu iespēja iesaistīties viņam vispiemērotākajā veidā. Turklāt indivīdiem var palīdzēt mācīties efektīvāk, identificējot viņu mazāk iecienītos mācīšanās stilus un nostiprinot tos, izmantojot pieredzes apguves ciklu. Ideālā gadījumā aktivitātes un materiāls būtu jāizstrādā tā, lai tiktu izmantotas katra pieredzes apguves cikla posma spējas un audzēkņi secīgi izietu cauri visam procesam.

Stadija	Apraksts	Darbības, kas palīdzētu
Konkrētā pieredze	Kolba cikls sākas ar konkrētu pieredzi. Citiem vārdiem sakot, tas sākas ar kaut ko tādu, kurā indivīdam, komandai vai organizācijai tiek piešķirts uzdevums. Tāpēc mācīšanās atslēga ir aktīva iesaistīšanās. Kolba modelī nevar mācīties, vienkārši skatoties vai lasot par to, lai efektīvi mācītos indivīdam, komandai vai organizācijai, kas ir reāli jādara/ jāiesaistās.	Ledlauži & enerģētikas komandas spēles problēmu risināšanai, diskusiju praktisko vingrinājumu risināšana, piemēram, prezentāciju debašu veikšana.
Reflektīvs novērojums	Otrais cikla posms ir reflektīva novērošana. Tas nozīmē, ka jāpaņem laiks no "darīšanas", jāatkāpjas no uzdevuma un jāpārskata paveiktais un pieredzētais. Šajā posmā tiek uzdoti daudzi jautājumi un tiek atvērti komunikācijas kanāli citiem komandas locekļiem. Vārdu krājums ir ļoti svarīgs, un tas ir nepieciešams, lai runātu un apspriestos ar citiem.	Lūdziet novērot, uzrakstiet īsu ziņojumu par notikušo, sniedziet atsauksmes citiem dalībniekiem, domāšana pie sevis, tējas un kafijas pauzes, pabeidzot mācības, žurnāli vai dienasgrāmatas
Abstraktā konceptualizācija	Abstraktā konceptualizācija ir process, kurā notiek notikušā izpratne, un tas ietver notikumu interpretāciju un to savstarpējo attiecību izpratni. Šajā posmā skolnieks salīdzina paveikto, pārdomāto un to, ko jau zina. Viņi var izmantot teoriju no mācību grāmatām, lai ierāmētu un izskaidrotu notikumus, viņiem pazīstamus modeļus, kolēģu idejas, iepriekšējus novērojumus vai citas zināšanas, ko viņi ir izstrādājuši.	Prezentē modeļus sniedz teorijas dod faktus
Aktīva eksperimentēšana	Mācību cikla pēdējais posms ir tad, kad apmācāmais apsver, kā apgūto pielietot praksē. Plānošana ļauj iegūt jaunu izpratni un pārvērst to prognozēs par to, kas notiks tālāk vai kādas darbības būtu jāveic, lai uzlabotu vai pārskatītu veidu, kādā uzdevums ir jārisina. Lai mācīšanās būtu noderīga, lielākajai daļai cilvēku tā ir jāievieto viņiem atbilstošā kontekstā. Ja cilvēks nevar saprast, kā mācības ir noderīgas viņa dzīvē, tas, visticamāk, ļoti ātri aizmirstas	Dodiet skolēniem laiku plānošanai, Lietojiet gadījumu izpēti, lietojiet lomu spēles, lūdziet audzēkņiem izmantot reālas problēmas

Mācību aktivitātes, kas atbalsta dažādus mācību cikla aspektus:

Konkrētā pieredze	Reflektīvs novērojums	Abstraktā konceptualizācija	Aktīva eksperimentēšana
Laboratorijas Problēmu kopas Trigeru filmas Novērojumi Simulācijas/spēles Teksta lasīšana	"Breinstormings" Pārdomāti jautājumi Retoriski jautājumi	Analoģijas Modeļu veidošana	Laboratorija Gadījuma izpēte Simulācijas

Kolba mācību cikla apraksts ir no:

<https://medium.com/@johnharrydsouza/david-kolb-s-cycle-of-learning-2777d150d09e>

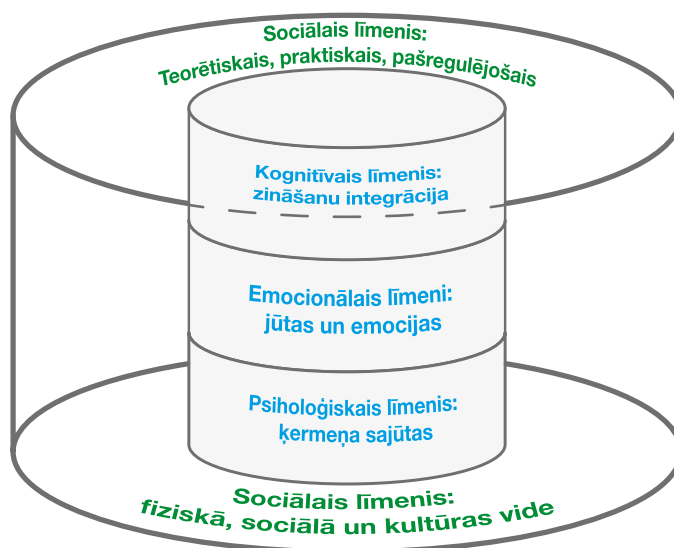
Learning Environments

Tradicionāli mācību vide attiecas uz fizisko, sociālo un psiholoģisko vidi, kurā notiek mācīšanās. Šīs vides var ievērojami atšķirties atkarībā no konteksta, neatkarīgi no tā, vai tā ir formāla klases vide, tiešsaistes mācības, apmācība darba vietā vai neformāla mācīšanās sabiedrībā vai mājās.

Mēs, cilvēki, esam ne tikai fiziskas, sociālas un psiholoģiskas būtnes, bet mums ir arī emocijas un fizioloģiskas sajūtas. Mēs pārveidosim integratīvās pedagoģijas modeli (Tāks, 2015, sākotnēji autors Tynjälä), lai aprakstītu mācību vidi, kas ietver visus cilvēku mijiedarbības līmeņus un zināšanu, un prasmju apguves perspektīvas.

Šis modelis ietver kognitīvo līmeni, kas ir paredzēts zināšanu integrācijai. Ir četri zināšanu veidi: teorētiskās, praktiskās, pašregulējošās un sociāli kulturālās zināšanas. Ir mācīšanās emocionālais līmenis. Moreno radošās darbības metodes aktivizē un izmanto mācībās emocijas un jūtas, īpaši, ja mācīšanās notiek un tiek atbalstīta sociālajās attiecībās. Cilvēki mijiedarbojas ar citiem, izmantojot maņu uztveri, kas ietver ķermeņa sajūtas. Psihodrāma un sociometrija aktivizē dalībniekus fizioloģiskā līmenī, un tādējādi ietekmīgā mācīšanās izmanto arī ķermeņa sajūtas.

Šis holistiskais pedagoģijas un mācīšanās modelis ietver visus šos līmeņus un perspektīvas, un zemāk ir modelis kā attēls:



Holistiskā mācīšanās modelis psihodrāmā (modificēts no Tāks, 2015).

Programmā "From I to We" mēs akcentējam mācīšanās sociālo līmeni, radot un aktivizējot grupu attiecību potenciālu mācīšanās nolūkā, kā arī izmantojam gan mūsu emocionālo, gan fizioloģisko līmeni efektīvai un ietekmīgai mācībām.

Atsauces:

Kauppila, R. (2023). Social learning environment in psychodrama. Manuscript in preparation.

Tāks, M. (2015). Engineering students' experiences of entrepreneurship education : a qualitative approach.

2. DIENA

Mācīšanās iznākums

Zināšanas:

- zina grupas attīstības procesu
- izprot empīriskās mācīšanās principus
- zina gan pretestību, gan mācību traucēkļus
- izprot kontakta un tiešsaistes mācīšanās atšķirības un līdzības
- izprot dažādību un tās ietekmi uz attiecībām, lai mācītos grupā
- zina skolotāja lomu

Prasmes:

- prot pielietot grupas attīstības pamatprincipus indivīdu un grupu mācību procesā
- ir 2-3 rīki grupas attīstības atbalstam
- spēj tikt galā/izpētīt pretestību un kavēkļus mācībās
- var palīdzēt izglītojamajiem (indivīdiem un grupām) tikt galā ar pretestību un mācību kavēkļiem
- var pozitīvā veidā izpētīt dažādību grupā
- prot identificēt dažādas daudzveidības perspektīvas
- ir 2-3 rīki dažādības izpētei
- var noteikt savu lomu attiecībā uz apmācību grupām, mērķiem un saturu

Attieksme:

- mācīšanos uzskata par procesu, kas notiek attiecībās
- ir ieinteresēts izmēģināt un attīstīt tiešsaistes un kontakta mācības un mācības
- vēlas mācību grupās risināt dažādības tēmas

PROGRAMMA

MĀCĪBU GRUPAS VEIDOŠANA

- A. Reģistrēšanās
- B. Grupas attīstība
- C. Attiecību veidošana mācībām grupā
- D. Uz pieredzi balstīta un pašvirzīta mācīšanās
- E. Skolotāja loma
- F. Klātie pret tiešsaisti

Reģistrācijas aplis stāvus

Fokusešanas vingrinājums: jā, nē, iespējams

Vingrinājums:

Vēstures karte ir noderīgs rīks, ko izmantot noslēguma darbnīcā. Tajā dalībnieki tiek aicināti izveidot kopīgu sava ceļojuma "karti" un pārdomāt to kopā, un to pašu vingrinājumu ieteicams izmantot katra moduļa sākumā.

Šīs aktivitātes galvenais mērķis ir pārdomāt kopīgu pieredzi. Individīdi iegūs priekšstatu par to, ko grupa ir piedzīvojusi kopā. Izmantojiet šo vingrinājumu projekta, programmas noslēgumā vai kā atskaiti, lai izceltu mācības, atzīmētu svarīgākos notikumus un izveidotu noslēgumu. Šo metodi var izmantot gan klātienē, gan tiešsaistē.

Vēstures karte, ja to izmantojat kursa vai projekta sākumā, var būt arī noderīgs rīks, lai izpētītu katra dalībnieka atšķirīgo vēsturi un iegūtu kopīgāku izpratni par grupā esošajām cerībām un iemesliem kāpēc dalībnieki ir izlēmuši būt

PIRMAIS SOLIS:

Instrukcija klātienē

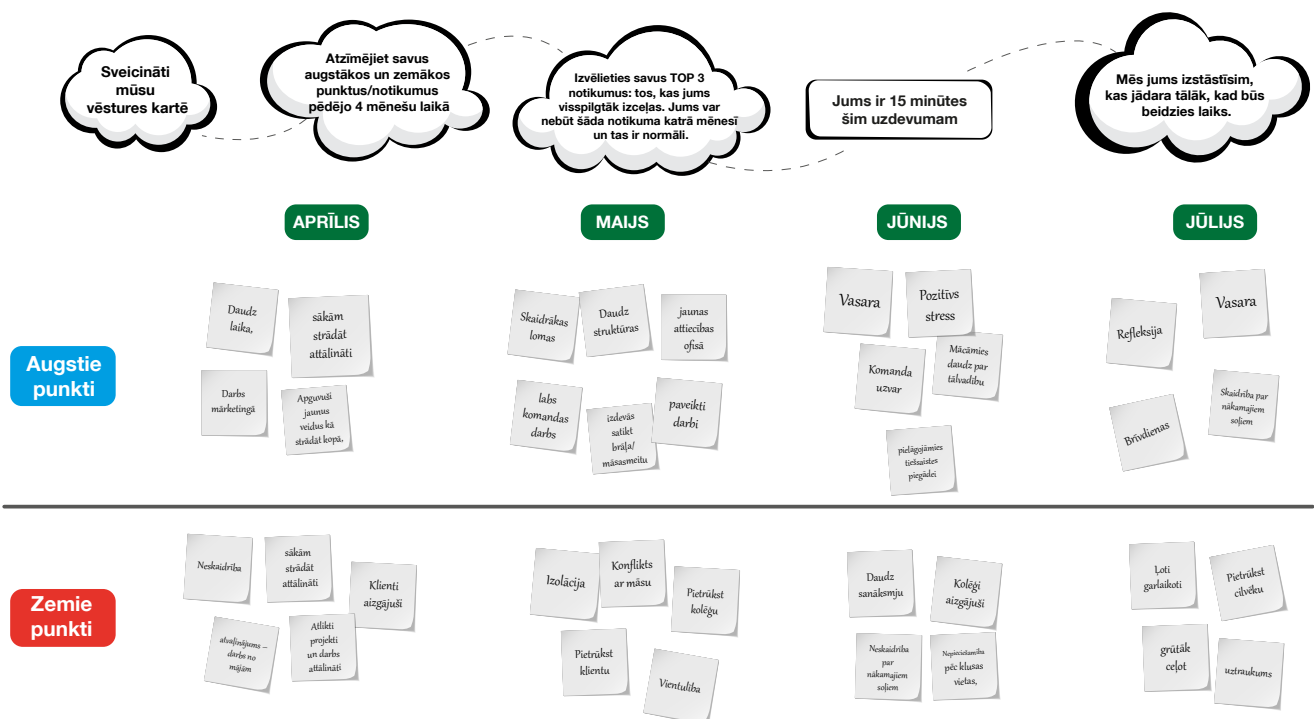
Izrullējiet uz grīdas vai pie sienas garu papīra lapu (var būt pat 5-10 metri).

Uzzīmējiet laika grafiku, kas atspoguļo projekta vai komandas pieredzes periodu. Iekļaujiet mēnešus un dažus galvenos notikumus, piemēram, svarīgākos – priecīgākos un skumjākos notikumus. Ja projekts ir ļoti ilgs – apsveriet iespēju iekļaut pēdējos 3-6 mēnešus.

Tiešsaistes instrukcija

Virtuālās tāfeles paraugs

Izveidojiet laika skalu uz savas virtuālās tāfeles (Miro vai Mural) un zīmējiet no iepriekš sniegtajiem norādījumiem.



Vadītāja piezīmes

Skatiet pievienoto paraugu, lai uzzinātu, kā jūsu virtuālā tāfele varētu izskatīties Miro vai Mural aplikācijās.

OTRAIS SOLIS:

Ļaujiet dalībniekiem iemūžināt savu pieredzi. Tie varētu ietvert viņu svarīgākos notikumus, zemākos notikumus, mācības, izaicinājumus, panākumus un visu citu, kas viņiem bija svarīgs. Dodiet cilvēkiem pietiekami daudz laika (15–30 min), lai iemūžinātu savu labāko pieredzi un ievietotu tos laika skalā. Uz katras līmlapiņas ierakstiet tikai vienu tēmu un arī savu vārdu.

Tiešsaistes instrukcija

Veicinātājs: iepriekš izveidojiet virtuālās līmlapiņas, emocijzīmes utt., lai cilvēki varētu iemūžināt savu pieredzi un ievietot tos uz virtuālās tāfeles.

Apsveriet iespēju ieslēgt (mierīgu) mūziku, kamēr dalībnieki strādā.

Vadītāja piezīmes

Alternatīva izvēle klātienē sesijai: ja jums ir laiks, radoša alternatīva ir izmantot attēlus no žurnāliem vai dot viņiem iespēju zīmēt simbolus. Izklājiet lielu kaudzi vecu žurnālu, šķēres, lentes un marķierus. Dalībnieki dara "to pašu", bet izmanto žurnālu izgriezumus vai zīmējumus, nevis līmlapiņas.

TREŠAIS SOLIS:

Kad karte ir izveidota, lūdziet dalībniekus dalīties ar saviem labākajiem (1–3) augstākajiem un zemākajiem rādītājiem.

Viņu kopīgo augstāko/zemo punktu skaitu nosaka koordinators. Tas ir atkarīgs no grupas lieluma un atvēlētā laika.

Vadītāja piezīmes

Apsveriet katras personas dalīšanās laika ierobežojumu, lai sekotu laikam. Izlemiet, cik ilgs laiks katram tiks dots. Ja vēlaties, izmantojiet laika uzņēmēju.

CETURTAIS SOLIS:

Pēdējais solis (Pēc izvēles)

Palūdziet dalībniekiem individuāli, klusumā pārdomāt to, ar ko tikko dalījušies, un dzirdēto pieredzi un izvēlēties sev vissvarīgāko brīdi.

Šim solim veltiet apmēram 2–3 minūtes.

Pēc tam dalībnieki pa vienam uzliek līmlapiņu vai sveci (tējas sveci) uz mirkļa, kas viņiem bijis vissvarīgākais, un lūdziet izvēli īsi paskaidrot un aprakstīt.

Turpiniet, līdz visi dalībnieki ir nolikuši sveci un dalījušies.

Tiešsaistes instrukcija: dalībnieki izmanto virtuālo sveci vai līmlapiņu.

Vadītāja piezīmes

Padomājiet par šī uzdevuma izpildi ar Vīzijas darbnīcu, piemēram, Rīcības plāna darbnīca: Bulta

Avots: <https://toolbox.hyperisland.com/history-map>

Skatiet reflektējošos apstrādes līmeņus + reflektīvā procesēšana

Iespējamie pārdomu virzieni (izstrādāti, pamatojoties uz Hansu Beninku (Hans Bennink)):

- Saturs
- Process/procedūra
- Grupa un attiecības
- Pats
- Meta

Izskaidrojiet mājasdarbu refleksijas uzdevumus

KAFIJAS PAUZE

B: GRUPAS ATTĪSTĪBA

30 min

Lekcija par Vīlanu/Takmenu (Wheelan/Tuckman) (teorija)

Vingrinājums

Dažādu cilvēku tikšanās posmu vizualizācija (statujas)

- Atkarība un iekļaušana – veidošanās
- Pret atkarību un cīņa – vētra
- Uzticēšanās un struktūra – Normēšana
- Darbs un produktivitāte – Izpilde jeb realizācija
- Izbeigšana – Pārtraukšana

OPCIJA I

Grupas darbs:

1. Kādas ir cilvēku vajadzības dažādos posmos?
2. Kādas (svarīgākās) vajadzības vadītājam būtu jāievēro?

OPCIJA II

Statuju vai skatuvju vinješu veidošana

Izmantojot krēslus vai kā statujas. Statuju teātris izveido statuju no katras fāzes mazās grupās un parāda viens otru.

Vai arī izvēlieties kārti, kurā tas ir redzams, un pārdomājiet to

KAFIJAS PAUZE

Vingrinājums

Spektogrammas:

Mērķis ir izpētīt, ko es pats domāju par jautājumu, kas satur pretēju pozīciju pāri, un uzsākt izmeklējošu dialogu savu un citu pozīciju grupā. Uzzīmējiet līniju uz grīdas un novietojiet pretējo pāri vienā līnijas galā un vienu otrā līnijas galā.

Lūdziet dalībniekus parādīt savu pozīciju, novietojot sevi uz līnijas, kā viņi to šobrīd uztver.

Paskaidrojiet grupai, ka viņi to uztver tieši šajā brīdī. Tas varētu mainīties.

1. Man patīk strādāt vienatnē vs man patīk strādāt grupās
2. Es dodu priekšroku būt drošam, nevis izaicinājumiem
3. Es jūtos ērti jaunās grupās, bet man nepatīk nākt uz jaunu grupu

Instrukcija:

1. Ļaujiet cilvēkiem izvēlēties punktu uz līnijas
2. Ļaujiet viņiem runāt ar savu kaimiņu, kuram ir aptuveni tādas pašas izvēles
3. Ļaujiet viņiem runāt ar kādu, kurš ir izvēlējis pavisam ko citu (ar citām vēlmēm)

Vingrinājums

Sociometrija par grupām un atrašanos grupā

1. Novietojiet visus aplī.
2. Vadītājs sāk ar dažiem apgalvojumiem (t.i., iepriekš minētajiem apgalvojumiem) un sper soli aplī
3. Ikviens, kurš piekrīt, arī ieiet aplī un arī kaut ko pasaka par to, kāpēc (ja vēlas). Ja tā ir liela grupa, ļaujiet tikai dažiem pateikt kaut ko par saviem iemesliem.
4. Tagad katrs pa vienam var pastāstīt par to, kā ir būt grupā

Vingrinājums

Šis uzdevums ir par tādu izvēli, kas veido attiecības, tāpēc, veicot to, izvēlieties atbilstošus kritērijus, kas to atbalsta, izmantojiet pozitīvu pastiprinājumu.

- Izvēlieties kādu, kurš, jūsuprāt, (kādu iemeslu dēļ) ir līdzīgs jums, un runājiet ar viņu par jūsu izvēles iemeslu. Izvēlieties kādu, kurš, jūsuprāt, nav līdzīgs jums, un pastāstiet, kāpēc
- Sadaliet nejaušās grupās no četriem līdz pieciem cilvēkiem. Atrodiet kaut ko kopīgu un atrodiet veidu, kā to parādīt. Tā var būt, piemēram, īsa lomu spēle vai statuļa. Parādiet to citiem un lieciet uzminēt. Svarīgi: tas nav minēšanas konkurss. Ļaujiet cilvēkiem parādīt un veltiet laiku pārdomām.

Iepriekš minētie vingrinājumi ir ļoti labi izskaidroti youtube videoklipos, ko veidojis Scott Giacometti

Spectrogramme: <https://youtu.be/UEjYzIT-b0Y>

Solis sociometrijā: <https://youtu.be/UEjYzIT-b0Y>

Un šeit ir vēl viens, kas ir ļoti piemērots šim nolūkam

Viedokļu karte vai grīdas pārbaude: <https://youtu.be/UEjYzIT-b0Y>

Vingrinājums:

Grupa no elles. Izveidojiet lomu spēli (vai statuju). Šeit ir saraksts ar iespējamiem faktoriem, kas rada grupu no elles.

- Aizspriedumi gan par saturu, gan pasniedzējiem
- Konflikti grupā, kas nozog uzmanību un rada nedrošību
- Deputāti neuzdrošinās izteikties, baidoties tikt izsmieti
- Dažādi zināšanu līmeņi
- Dažāda kultūras pieredze, kas nodrošina atšķirīgu iepriekšēju izpratni
- Sarežģīts vārdu krājums un valoda
- Emocionāla iesaistīšanās ārpus grupas
- Pārāk neparastas metodes

Vingrinājums:

Budas triks

1. Instruējiet individu 1 minūti domāt par "akmens budu", saglabājot maksimāli koncentrētu prātu šajā laikā. Ja kādā brīdī viņi zaudē fokusu, viņiem jāceļ pirksts, kas brīdina gan sevi, gan tevi par to, ka viņi ir zaudējuši fokusu.
2. Tagad apspriediet, kāds bija šis vingrinājums, ko viņi novēroja un cik daudz enerģijas bija nepieciešams, lai koncentrētu prātu.
3. Turpinājumā individam dodiet norādījumu uz pilnu minūti nelaist "Akmens Budu" prātā. Atkal viņiem jāceļ pirksts katru reizi, kad prātā ienāk "Akmens Buda". Kad minūte ir beigusies, viņiem tiek dots laiks pārdomām par šī vingrinājuma grūtībām un enerģijas daudzumu, kas nepieciešams, lai saglabātu koncentrētu prātu.
4. Tagad viņi tiek lūgti ievērot, vai "akmens budas" nāk prātā vēl lielākā ātrumā nekā pirms domu apspiešanas. To sauc par atsitienu efektu, un tas ir atzīmēts vairākos pētījumos. Pētījumi liecina, ka nomākšanas objekts virsma biežāk un enerģiskāk nekā pirms nomākšanas.
5. Izskaidrojiet grupai šo parādību, lai viņi saprastu pārdomu un risinājuma nozīmi pretstatā tendencei vēlēt apspiest mūsu negatīvās domas, jūtas, atmiņas vai bailes. Un riskus paslaucīt neatrisinātus konfliktus zem paklāja.

Citi uzdevumi, ko var veikt:

- Kas vairo cilvēkus mācīties (šķēršļi pretstati). Izveidojiet garāko sarakstu, kādu jebkad esat izveidojis par visiem mācību kavēkļiem, par kuriem varat iedomāties. Savācieties grupās pa trim, salīdziniet un rakstiet traucētāju pretstatus.
- Treneris no elles – treneris no debesīm – intervijas uzdevums (darba intervija)
- Darbs pāri vai nelielās grupās. Lai kāds ņem trenera lomu no elles un vada interviju. Lieciet viņam/viņai aprakstīt sevi un to, kā viņi strādā.
- Lai treneri no elles izraujas no lomas. Kopā izveido treneri no debesīm
- Skolotāji/vadītāji, pēc kuriem esat skatījies, – izvēlieties tādu un uzņemieties šī cilvēka lomu. Lieciet kādam jūs intervēt. Izkāpiet no lomas un izvēlieties situāciju, kad vēlētos, lai viņš būtu atbalstošs vai arī jūs vēlētos būt viņš/viņa. Izveidojiet šīs situācijas ainu.

Lekcija par pašvadītu mācīšanos (teorija)

Salīdzinājums starp pašvadītu mācīšanos un Vīlanu/Takmanu (Wheelan/Tuckman) uzskatāms tikai par pārdomu. Tā nav taisnība visās situācijās, bet ir vērts pārdomāt to.

	Audzēknis	Pasniedzējs
Pirmā stadija	Atkarīgais	Autoritāte, Treneris
Piemēri: apmācība ar tūlītēju atgriezenisko saiti. Drill. Informatīvā lekcija. Trūkumu un pretestības pārvarēšana.		
Otrā stadija	Ieinteresētais	Motivators, Virzītājs
Piemēri: iedvesmojoša lekcija un vadīta diskusija. Mērķu noteikšana un mācīšanās stratēģijas.		
Trešā stadija	Iesaistītais	Veicinātājs
Piemēri: diskusija, ko veicina skolotājs, kurš piedalās kā līdzvērtīgs. Seminārs. Grupu projekti.		
Ceturtnā stadija	Pašvadītais	Konsultants, delegētājs
Piemēri: prakse, disertācija, individuālais darbs vai pašmācības grupa.		

Izmēri: motivācija; paškontrolē; pašuzraudzība; pašapziņa.





PUSDIENU PĀRTRAUKUMS

Ātra refleksija

F: PASNIEDZĒJA LOMA

45 min

Lekcija par grupas attīstības saistību ar pasniedzēja lomu

	Audzēknis	Pasniedzējs	Wheelan/Tuckman
Pirmā stadija	Atkarīgais	Autoritāte, Treneris	 Veidošanās  Vētra  Normēšana  Izpilde jeb realizācija
Piemēri: apmācība ar tūlītēju atgriezenisko saiti. DRILL. Informatīvā lekcija. Trūkumu un pretestības pārvarēšana.			
Otrā stadija	Ieinteresētais	Motivators, Virzītājs	
Piemēri: iedvesmojoša lekcija un vadīta diskusija. Mērķu noteikšana un mācīšanās stratēģijas.			
Trešā stadija	Iesaistītais	Veicinātājs	
Piemēri: diskusija, ko veicina skolotājs, kurš piedalās kā līdzvērtīgs. Seminārs. Grupu projekti.			
Ceturtnā stadija	Pašvadītais	Konsultants, delegētājs	
Piemēri: prakse, disertācija, individuālais darbs vai pašmācības grupa.			

Vingrinājums:

Izveidojiet statuju/īsu vinjeti ar dažādiem grupas posmiem un vadītāju attiecībā pret grupu. Varat arī izmantot krēslus. Novietojiet krēslus uz grīdas katrai stadijai krēslu statuju un piešķiriet krēsliem balsi, dubultojot.

D: KLĀTIENE PRET TIEŠSAISTI

45 min

Klātiene jeb seja pret seju

- Mācību process
- Grupas process
- Personības attīstības process

Tiešsaiste

- Tehniskais režisors

KAFIJAS PAUZE

REFLEKSIJA PAR MODULI I:

45 min

- Kas izraisa paniku? Kas palīdz izkļūt no komforta zonas? (Pārdomājiet grupās pa 3-4. Veiciet piezīmes. 20 min)
- Pārdomas par procesu (pārdomājiet grupās pa 3-4. Veikt piezīmes. 20 min)
 - Pārsteigumi (kas jūs ir pārsteidzis?)
 - Mācību rezultāts (ko jūs uzzinājāt?)
 - Apmierinātība (Kas ir padarījis jūs apmierinātu?)
 - Izaicinājumi (kāda veida izaicinājumi jums ir?)
 - Atklājumi (ko jūs esat atklājuši?)

MĀJASDARBS

a) 24 stundu laikā pēc moduļa rakstiet:

- a. Ko jūs plānojat praktizēt/izmantot no šoreiz apgūtā? (piem., sākt ar kaut ko jaunu? pārtraukt ar kaut ko? turpināt ar kaut ko?)
- b. Kas bija labākais/svarīgākais šī moduļa laikā?
- c. Kas nebija tik labi/kas būtu jāmaina?

b) 24 stundas pirms nākamā moduļa rakstiet:

- a. Izmantojiet kaut ko no I sesijas + pārdomājiet to rakstiskā formā (piem., ko jūs lietojāt? kas palīdzēja? kas nedarbojās? Ja neizmantojāt, kā tas nākas? Kādas nodarbības?)

MATERIĀLI

Group Development

Brūss Tukmens (Bruce Tuckman) bija amerikāņu psiholoģijas profesors un, balstoties uz saviem iepriekšējiem pētījumiem un pieredzi, Tukmens izveidoja teoriju, ko sauc par "Takmena grupas attīstības posmiem" ("Tuckman's stages of group development"). Tas sastāv no lineāriem grupas attīstības posmiem: veidošanās, vētra, normēšanas un izpildes jeb realizācijas, kā arī vēlāk viņš pievienoja pārtraukšanu, kurā grupa izšķīst.

No Tukmens un citiem pētījumiem Sūzena Vīlana (Susan Wheelan) izveidoja integrēto grupas attīstības modeli (Integrated Model of Group Development - IMDG). IMDG ir ļoti līdzīgs Tukmena modelim.

5 posmi ir:

1. Veidošanās (atkarība un iekļaušana)
Šajā posmā grupa sanāk kopā un iepazīst viens otru un ir ļoti atkarīga no vadītāja. Ir zema uzticēšanās pakāpe.
2. Vētra
Cilvēki jūtas drošāki, atveras un atklāj sevi un savas vērtības. Konflikti rodas un ir neizbēgami. Konflikti par lomām grupā. Līderis joprojām ir ļoti svarīgs, taču viņa/viņas loma tiks apstrīdēta. Konflikta vadīšana būs vadītāja uzdevums. Atcerieties zemāk redzamo Budas triku. Konflikta un konflikta vadība ir daļa no grupas nobriešanas.
3. Normēšana
Grupa sāk veidot uzticību, un lomas tiek definētas formālāk un neformālāk. Arvien vairāk uzmanības tiek pievērsts grupas mērķiem un uzdevumiem. Līdera loma ir mazāk direktīva. Vairāk kā uzrauga loma.
4. Izpilde jeb realizācija
Grupas sniegums šobrīd ir visaugstākajā līmenī. Konflikti ir retāk, un, ja tādi rodas, tie vairāk koncentrējas uz uzdevumiem un to, kā rīkoties.
5. Pārtraukšana jeb noslēgums
Šis posms ir par grupas darbības pārtraukšanu. Kad projekts vai kurss ir pabeigts, vai darba vieta tiek reorganizēta. Cilvēkiem ir dažādas attiecības ar izbeigšanu, un ir vajadzīgs zināms darbs, lai padarītu dievišķu izbeigšanu un atzīmētu to, kas ir bijis, lai dotu vietu atvadām.

Šī prezentācija ir kopēta no tīmekļa lapas:

<https://www.hyperisland.com/blog/creating-effective-teams-the-detailed-curation>

Ir daudz pētījumu, kas parāda, ka lielākā daļa komandu attīstās pēc līdzīga modeļa. Lai gan katra komanda ir unikāla, ir atpazīstami attīstības posmi, kuriem katram ir savas īpatnības. Šo kopīgo komandas attīstības modeļu apzināšanās ir noderīgs pirmais solis.

Visaptverošākais komandas attīstības modelis tiek saukts par integrēto grupas attīstības modeli (IMDG). To izstrādāja Sūzena Vīlana (Susan Wheelan), un tas balstās uz daudzu citu pētnieku darbu.

Modelis paredz komandas attīstību četros galvenajos posmos:

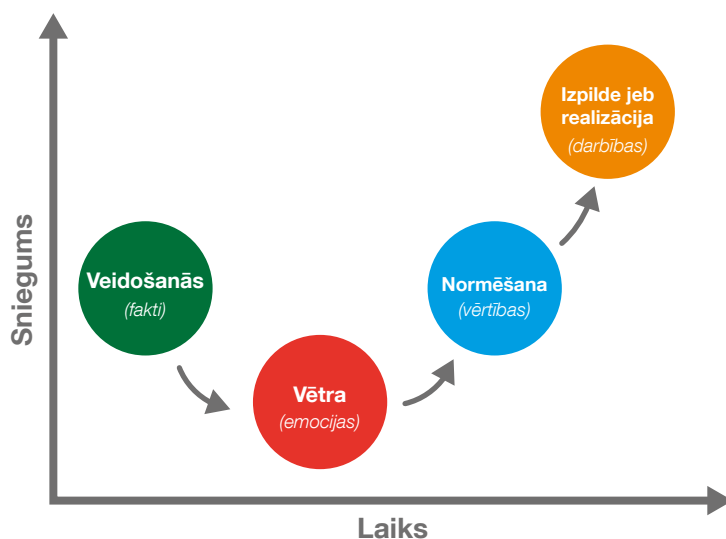
Pirmkārt, atkarība un iekļaušana, kur komanda sanāk kopā un sāk strādāt kopā. Tā kā attiecības ir jaunas un ir izveidota ļoti maza uzticēšanās vai struktūra, dalībnieki ir atkarīgi no formālā vadītāja un lielā mērā koncentrējas uz to, lai justos droši un iekļauti. Šo posmu dažreiz sauc arī par veidošanu.

Otrkārt, pretatkarība un cīņa, kur komandas dalībnieki jūtas pietiekami droši, lai atklāti izteiktos, nepiekrīstu viens otram un pat izaicinātu vadītāju. Berze ir neizbēgama šī procesa sastāvdaļa, taču tas ir nepieciešams solis, lai izveidotu uzticību un atvērtību virzībai uz priekšu.

To dažreiz sauc par vētru.

Treškārt, uzticība un struktūra, kur komanda ir strādājusi cauri berzei un normalizētajām perspektīvas, personībām u.c. atšķirībām. Šobrīd dalībnieki jūt augstu uzticību un uzticības pakāpi komandai. Struktūra un lomas attīstās, un komandai, lai paveiktu darbu, ir nepieciešama mazāka vadība. Šo posmu dažreiz sauc par normēšanu.

Ceturtkārt, darbs un produktivitāte, kur komanda ir izveidojusi augstu uzticības un struktūras līmeni, ir atrisinājusi izcilu berzi un var novirzīt gandrīz visu savu enerģiju produktīvam darbam. Šeit komanda ir kļuvusi ļoti pašvadoša un vairāk gūst labumu no koučinga vadības stila nekā ļoti direktīva. Dažreiz to sauc par izpildi jeb realizāciju.



Visbeidzot, **izbeigšana** nav gluži pats attīstības posms, bet joprojām ir svarīgs solis komandas procesā. Apzināta komandas izbeigšana palīdz nodrošināt, ka mācīšanās tiek iegūta un dalībnieki jūtas noslēgti. Dažreiz to sauc par pārtraukšanu.

Dažādām komandām posmi izskatīsies atšķirīgi. Tie ne vienmēr notiks acīmredzamā lineārā veidā.

Daudzas komandas iestrēgs un dažreiz regresēs, pirms dosies uz priekšu. Bet vispārējais modelis ir ļoti izplatīts komandās, un, ja jūs sākat to meklēt, jūs, iespējams, redzēsiet daudzas tā pazīmes.

Tālāk iedziļināsimies un "izpakosim" katru posmu mazliet tālāk. Es izcelšu dažus jūsu laika vērtīgus lasīšanas materiālus, kā arī dažas noderīgas darbnīcas metodes, ko izmantot dažādos posmos.

Formēšana

Šo pirmo posmu raksturo liela vajadzība pēc drošības un iekļaušanas, un grupa ir atkarīga no vadītāja. Dalībnieki cenšas viens otru iepazīt, ir pieklājīgi, ievēro noteikumus, maz riskē un cenšas iekļauties grupā. Šajā posmā konflikti ir diezgan reti.

Lai atbalstītu komandas attīstību šajā posmā, ir svarīgi radīt atvērtību klimatam, kurā dalībnieki jūtas droši, lai parādītu sevi. Tims Leberehts (Tim Leberecht) pēta šo ideju no līdera perspektīvas savā rakstā "Līderi iegūst uzticību, parādot mazliet cilvēciņas"

(Leaders Win Trust When They Show a Bit of Humanity). Viņš raksta:

"Mēs varētu domāt, ka vēlamies, lai mūsu vadītāji būtu mašīnas vai varoņi. Bet nav iespējams uzticēties cilvēkam, kurš vienmēr ir racionāls, nopietns un kontrolē... kuram ir drosme parādīt sevi kā sarežģītāku būtni."

Tas ir arī posms, kurā sāk veidoties komandas kultūra. Pavadot kādu laiku, lai apspriestu komandas kultūru, tas palīdz izveidot pamatu. Šajā rakstā Rīss Nūmens (Rhys Newman) un Lūks Džonsons (Luke Johnson) izklāsta savas pamatnostādnes veselīgas, laimīgas grupas kultūras veidošanai, tostarp tādas vienkāršas lietas kā, piemēram, labrīt un arlabunakti katru dienu, kopīga gatavošana un rotējoša vadība. Iepazīstieties ar to: [No Dickheads! A Guide To Building Happy, Healthy, and Creative Teams](#)

Rīks: vai šajā posmā jūs esat komanda? Metode ""Personiskās prezentācijas" ir vienkāršs un jaudīgs veids, kā jauna komanda var sākt veidot uzticību un atvērtību, daloties stāstos. Atrodiet to Hyper Island Toolboxā. Vai jūtat uzticību un atvērtību? Varbūt jūsu komanda ir nākamajā posmā: Vētra.

Vētra

Otro posmu raksturo berze un konflikti. Tas var izpausties dažādos veidos, bet būtībā tas ir neizbēgami. Kad locekļi jūtas drošāki un uzticīgāki, viņi atveras. Un tas atklāj atšķirības personībā, skatījumā, vērtībās utt. Bieži vien pirmā pazīme ir vadītāja apšaubīšana. Tikmēr rodas spriedze saistībā ar uzdevumu un mērķu interpretāciju. Vārdu sakot, katrs dalībnieks kaut kādā veidā uzdod sev jautājumus: Cik daudz es varu ietekmēt citus šeit? Cik ļoti es ļaušu sevi ietekmēt citiem?

Atbrīvojošais ieskaits šeit ir tāds, ka konflikts ir neizbēgama (un produktīva) katras grupas attīstības līknes daļa. Neatkarīgi no tā, vai tas ir ugunīgs un atklāts vai kluss un diplomātisks... mēs visi to piedzīvojam.

Un tas bieži vien ir posms, kurā lielākajai daļai trūkst labu instrumentu.

Galvenais, lai pārvarētu šo posmu, ir pieņemt un risināt konfliktu, nevis mēģināt to apspiest. Šajā īsajā rakstā Marks de Ronds ([Mark de Rond](#)) raksta par trim veidiem, kā kļūt mierīgākam pret konfliktiem.

Viņš raksta: "Esiet uzmanīgs, lai nesajauktu to, kas šķiet, ar to, kā tas patiesībā ir. Tas, kas šķiet nefunkcionāls, praktiski var būt pilnīgi efektīvs."

Personiskā līmenī šis posms var būt stiepšanās, aicinot daudz emociju un reakciju. Viena efektīva taktika ir pievērst īpašu uzmanību savām jūtām, domām un uzvedībai. Vienkāršs modelis ar nosaukumu "Notikums + Reakcija = Rezultāts" ir vienkāršs veids, kā vairāk pievērst uzmanību tam, kā jūsu reakcijas ietekmē jūsu ikdienas dzīvi. Apskatiet arī Džūlijas Džuo (Julie Zhuo) "5 sarežģītus jautājumus, ko sev uzdot konflikta laikā" ([5 Hard Questions to Ask Yourself During a Conflict](#))

Rīks: vai jūsu komanda "vētro"? Viena no visnoderīgākajām lietām šajā posmā ir komunikācija. Izklusās vienkārši, bet tas tiešām darbojas. Šī "Grupās refleksijas" metode ir labs ceļvedis strukturētām komandas sarunām — lai izveidotu brīvu vietu, lai ļautu izkļūt berzei un galu galā virzīties uz priekšu.

Normēšana

Trešais posms parādās, kad otrā posma berze nokārtojas, un komandas locekļi izveido apņemšanās un uzticības sajūtu, kas ietver atšķirības. Šim posmam ir raksturīga lielāka koncentrēšanās uz darbu, nobriedušas sarunas par lomām, struktūru, metodēm utt., komandas gara uzplaukums un mazāka nepieciešamība pēc direktīvās vadības. Konflikti joprojām notiek, taču tagad tie tiek risināti vieglāk, ņemot vērā pastāvošo uzticību un normas. Savā ziņā šo posmu iedvesmo aizraušanās, kas rodas, pārvarot vētras posmu. Liela uzmanība tiek pievērsta komandas vienotībai, komandas identitātei, pat "mēs esam labākie!" attieksme. Komandas šajā posmā paveic daudz vairāk darba nekā iepriekšējos divos posmos.

Šeit komandas tiek paātrinātas, turpinot stiprināt struktūru un uzticēšanos. Tiek atkārtoti apmeklēta un apspriesta komandas kultūra, optimizējot darba kārtību un uzzinot vairāk vienam par otru.

Viens no labākajiem veidiem, kā stimulēt attīstību šajā posmā, ir atgriezeniskā saite. Atsauksmes darbojas kā spogulis: indivīdi var redzēt savu uzvedību un to, kā tā pozitīvi un negatīvi ietekmē citus.

Un komandai, lai labāk izprastu, cik efektīvas ir struktūras, rutīnas un lomas un kā tās var uzlabot.

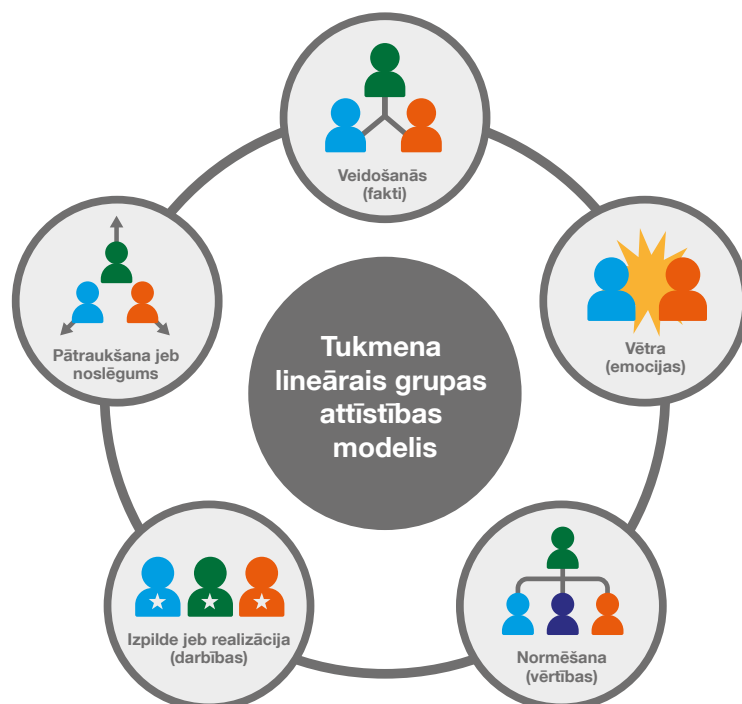
Taču praktizēt atgriezenisko saiti var būt izaicinājums. Šis raksts — Neita Kettles (Nate Kettles) — Atsauksmju sniegšana ([Making Feedback Happen](#)) — sniedz vienkāršu, praktisku ceļvedi atsauksmju sniegšanai un lieliski izskaidro, kāpēc tas ir svarīgi.

Izlasī to. Izmēģini.

"Ideja saņemt strukturētu atgriezenisko saiti par sniegumu no vienaudžiem, cilvēka, kuram tu sēdi blakus un kurš nav tavs priekšnieks, lielākajai daļai no mums ir sveša. Bet, pārvarot uztverto neveiklību, tas var kļūt par kaut ko tādu, kas ļauj jums un jūsu biznesam attīstīties."

Lai iegūtu vēl vienu lielisku ieskatu un praktisko piemēru kopumu uzticības un struktūras veidošanai, skatiet sadaļu "Labāk kopā" (Better together); Stefana Kloceka (Stefan Klocek) "Veiksmīgas radošās sadarbības prakse" (The Practice of Successful Creative Collaboration).

Rīks: rīklodziņā ir virkne rīku, kas paredzētas atsauksmju sniegšanai komandās. Ja esat izmēģinājis iepriekš minētajā rakstā aprakstīto pieeju un meklējat kaut ko nedaudz atšķirīgu, izmēģiniet atgriezeniskās saites. Šajā metodē viens cilvēks sēž ar muguru pret pārējo komandu; tad komanda runā par to, kā viņi novērtē šo personu tā, it kā viņa/viņas nebūtu telpā. Izklusās neveikli? Sākumā tā var būt. Vai tas ir spēcīgs? Katru reizi.



Izpilde jeb realizācija

Jūs to izdarījāt! Ceturtajā posmā komanda patiešām lido. Pat ja grupa ir spējusi paveikt darbu iepriekšējos posmos, daļa enerģijas vienmēr ir tikusi novirzīta uz citām lietām (iepazīšanās, konfliktu risināšana, struktūras nostiprināšana utt.). Tagad komanda var ieguldīt visu (vai vismaz lielākā daļa) tās enerģijas darbā. Komandas šajā posmā ir radošākas un laimīgākas. Viņi ir apmierināti ar konfliktiem un viegli tiek galā ar tiem. Tie ir elastīgāki, pateicoties izveidotajai augstajai uzticības pakāpei. Komunikācija ir tieša un atklāta.

Komandām šajā posmā ir nepieciešama ļoti maza direktīva vadība. Viņi labi pārvalda sevi, un viņus vislabāk atbalsta koučinga vadības stils, kas iedrošina komandu un palīdz dalībniekiem pārvarēt šķēršļus autonomi. Ir veikti daži aizraujoši pētījumi par augstas veiktspējas komandu "noslēpumiem".

Grāmatā "Jaunā zinātne par lielisku komandu veidošanu" ([The New Science of Building Great Teams](#)), MIT profesors Alekss Pentlands (Alex Pentland) apraksta plaša pētījuma rezultātus. Tās galvenais secinājums ir tāds, ka komunikācijas modeļi ir efektīvas komandas prognozētājs. Veiksmīgākajām komandām ir daži kopīgi faktori. To vidū: deputāti runā un klausās aptuveni vienādi; Dalībnieki tieši sazinās viens ar otru — ne tikai ar komandas vadītāju; viņi veic aizmugures vai [Cits pētījums atklāja](#), ka papildu panākumu kritēriji ir spēja lasīt cilvēku emocijas un sieviešu skaits.

Rīks: pat visefektīvākajām komandām joprojām ir jāvelta laiks savai komunikācijai un komandas kultūrai. Metode [Aktīvā klausīšanās](#) ir lielisks veids, kā aktīvi strādāt ar vienaudžu koučingu. Izmantojot šo rīku, dalībnieki var atbalstīt viens otru, lai izpētītu svarīgus jautājumus un risinātu darba problēmas.

Pātraukšana jeb noslēgums

Tas nav gluži tāds "posms" kā citi, taču komandas beigas ir svarīgs brīdis tās dzīves ciklā. Tāpat kā ar cita veida dzīves beigām, komandas izbeigšana var būt saistīta ar zaudējuma un skumju sajūtu. Ir svarīgi izveidot laiku un vietu "iesaiņošanai" un noslēgumam.

Atvēlot laiku komandas "slēgšanai", tiek radīta noslēgtības sajūta. Tas arī dod iespēju novērtēt komandas darbu un mācīties no kopīgās pieredzes. Noslēdzot komandas projektu, veltiet laiku, lai novērtētu, pārdomātu, sniegtu atsauksmes un svinētu.

Nekad nebūs ideālas formulas lielisku komandu izveidei. Lai arī kā mēs vēlētos vienkāršu pamācību, galu galā tas ir netīrs, sarežģīts, cilvēcisks sākums.

Taču, lai gan komandas veidošanai nav zelta atbildes, mēs varam daudz uzzināt par to, kā komandas parasti attīstās, un daudz lielisku rīku, kas tām palīdz. Vairāk uzmanības vajadzētu pievērst komandas darba izpētei, ieskatiem un rīkiem. Jo vairāk mēs kļūsim par komandas darba studentiem, jo laimīgāki, veselīgāki un produktīvāki būs.

Pašmācība

Pašmācības un grupu attiecības

Pašmācības ir process, kurā izglītojamais uzņemas atbildību kontrolēt savus mācību mērķus un līdzekļus, lai sasniegtu savus personīgos mērķus vai individuālā kontekstā uztvertās prasības (Morris, 2019). Šajā definīcijā apmācāmais ir aprakstīts kā galvenais mācību resurss. Mācīšanās iespējas un ietekmi var palielināt, pievienojot sociālās attiecības, t.i., citus izglītojamus, lai atbalstītu šo pašmācības procesu.

Šajā projektā izmantotās Moreno radošās darbības metodes ir balstītas uz psihodrāmas un sociodrāmas un sociometrijas teoriju un metodoloģiju. Ir divi galvenie psihodrāmas un sociometrijas mērķi (Moreno, 1946, 1953):

1. Palielināt un stiprināt indivīdu un grupu autonomiju
2. Mainīt sociālās attiecības tā, lai indivīdu potenciāls varētu īstenoties vislabākajā iespējamajā veidā.

Abi mērķi ir saistīti ar pašmācīšanos. Indivīdu autonomija nozīmē, ka indivīdu izvēles ir balstītas uz indivīda iekšējām vajadzībām un cerībām. Indivīdi var apzināti aktivizēt un pievienoties attiecībām, kas palīdz apmierināt viņu vajadzības. Lai tas notiktu pēc iespējas plašāk, indivīdam ir jāspēj apzināti izvēlēties un aktivizēt sociālās lomas, kas ir aktuālas konkrētajā situācijā un kontekstā. Šāda veida lomas apzināšanās attiecas uz spēju izprast savu lomu konkrētā kontekstā vai situācijā un atbilstoši rīkoties saistībā ar savām vajadzībām un cerībām.

Sociālās attiecības grupā palielina vai kavē iespējas izvēlēties tās lomas, kas vislabākajā iespējamajā veidā atbalsta viņu mācīšanās vajadzības. Sociometriskie vingrinājumi aktivizē un veido attiecības starp grupas dalībniekiem, kas dažādo un paaugstina savstarpējās attiecības grupā. Kad tas notiek, ir iespējams, ka grupā ir tādas sociālās attiecības, ka katra izglītojamā potenciāls piepildās. Veicot šos sociometriskos vingrinājumus, grupas dalībnieki mācās viens otru iepazīt no dažādām perspektīvām, kas ir saistītas ar a) dalībniekiem kopumā un b) ar visas grupas mācību mērķiem un c) ar mācību procesu.

Pašmācība ir kompetence, kuru var tikt apgūta un studēta grupās un grupu attiecībās.

Atsauces:

Moreno, J.L. (1946). *Psychodrama First Volume*. New York: Beacon House.

Moreno, J.L. (1953) *Who Shall Survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and sociodrama*. New York: Beacon House.

Morris, T.H. (2019) *Self-directed learning: a fundamental competence in a rapidly changing world*, *International Review of Education*, 65 (4), pp. 633-653.

Šis teksts ir izgūts no:

<https://www.edutopia.org/discussion/how-put-self-directed-learning-work-your-classroom>

How to Put Self-Directed Learning to Work in Your Classroom (learning environment)

Lisa Petro

2017. gada 14. aprīlis. Atjaunināts 2017. gada 11. aprīlī.

Pašmācība nav jaunākā tendence izglītībā. Tas ir pastāvējis kopš kognitīvās attīstības pirmsākumiem (Aristotelis un Sokrāts), un tas ir dabisks ceļš uz dziļu izpratni un efektivitāti. Apzinoties veidus, kā pašmācības var parādīties klasē un izmantojot to kā neatņemamu mācību procesa sastāvdaļu, mēs varam radīt jēgpilnāku mācību pieredzi skolēniem, kas turpināsies arī pēc iegaumētā satura apgūšanas. Pašmācība ir kaut kas tāds, ko mēs izdzīvojam.

Kas ir pašmācība?

Dažas no pirmajām modernajām formālajām pašmācības teorijām radīja progresīvās izglītības kustība un Džons Džūijs, kurš uzskatīja, ka pieredze ir izglītības stūrakmens. Integrējot gan pagātnes, gan tagadnes pieredzi, kas balstīta uz personīgām interpretācijām un mācību priekšmetu, studenti visefektīvāk mācītos. Rezultātā pedagoga uzdevums ir būt par ceļvedi, atbalstot skolēnus apkārtējās pasaules izzināšanā, izmeklējošu jautājumu formulēšanā un hipotēžu pārbaudē.

Mūsdienās ir dažādas izglītības sistēmas, kas ietver pašmācīšanos kā pedagogiju un balstās uz ideju, ka visi cilvēki var un viņiem ir jābūt atbildīgiem par savu kognitīvo attīstību.

Ievērojami modeļi ir Demokrātiskās brīvās skolas (Democratic Free Schools) un programmas, piemēram, Demokrātiskās izglītības institūts (the Institute for Democratic Education; IDEA) un Sadberijas skola (the Sudbury School), kas koncentrējas uz izglītības brīvību, demokrātisku pārvaldību un personīgo atbildību.

Pašmācības var būt tikpat daudzveidīgas kā jaunas informācijas atklāšana un kritiska domāšana par to, aktīva līdzdalība un ieguldījums mācību kopienā vai sava mācību ceļa izstrāde un resursu, ceļvežu un informācijas atlase.

Kā es varu to izmantot?

Neatkarīgi no tā, kā jūs izvēlaties integrēt pašmācību savā mācību kopienā, skolotāji un vecāki var izmantot vairākas metodes, lai palielinātu izglītojamo līdzatbildību/atbildību un atbalstītu viņus sava mācību ceļa izveidē:

Kritiskā domāšana

Vērtīgākais resurss, lai iesaistītos pašmācībās, ir spēja apzināties sevi un apkārtējo pasauli un padziļināti interesēties par abiem. Lai gan pastāv daudzas interpretācijas par to, kas ir un ko dara kritiskā domāšana, Roberts Eniss to definēja kā "Saprātīgu, reflektīvu domāšanu, kas ir vērsta uz izlemšanu, kam ticēt vai ko darīt" (Ennis, 1996, 166. lpp.).

Pedagogi parasti izmanto kritisko domāšanu klasē kā 5 W un H (What, Why, Who, When, Where, Why and How) jeb latviski tie ir 7 K (kas, kāpēc, kurš, kad, kur, kāpēc un kā).

Tomēr būt kritiskam domātājam, kurš ir atbildīgs par savu mācīšanos, ir daudz vairāk nekā jautājumu uzdošana.

Tie visi ir kritiskas domāšanas dziļākie aspekti:

- Apziņa par savām interesēm un atbildes reakcijām
- Ņemt vērā satura ticamību
- Būt atvērtam jauniem informācijas avotiem un perspektīvām
- Turpināt balstīties uz sajūtu, informācijas un jaunu atklājumu kombināciju

Kā es to varu izmantot klasē?

Viens lielisks veids, kā veicināt mācīšanās rīkus ir, nevis stāstīt skolēniem, kā mācīties, bet gan aktivitātes, kas veicina plānveida domāšanu. Piedāvāriet iespējas klasē, kur skolēni var uzrakstīt savus kritiskos jautājumus par saturu. Varat sākt, jautājot viņiem: "Kas, jūsaprāt, jums jāzina par šo informāciju, notikumu, perspektīvu utt.?" vai "Kādus jautājumus var uzdot, lai atklātu jaunu informāciju un perspektīvas par šo tēmu?".

Resursu atrašana

Kad skolēni izrāda interesi par kādu konkrētu priekšmetu, prasmi vai notikumu, viņiem var būt grūti zināt, ar ko uzsākt mācīties. Studentiem progresējot un mācībām attīstoties, rodas jauni jautājumi un nepieciešami jauni resursi. Resursu veidi var būt ceļveži vai mentori, kuriem ir pieredze noteiktā jomā, informācija un plašsaziņas līdzekļi, piekļuve mācību programmām vai procesi un darbības, lai atbloķētu kognitīvās sastatnes.

Resursu atrašanas un jaunas informācijas un iespēju atklāšanas pieredze ir lipīga. Jo vairāk skolēni izjutīs lepnumu par to, ka to izdomā paši, jo vairāk viņi jutīsies pilnvaroti turpināt mācīties un atkārtos atklājuma modeli, kad tos izmantos citām interesēm un priekšmetiem.

Kā es to varu izmantot klasē?

Piemēram, ja skolēns izrāda interesi par valodām, skolas mācību programma orientēs skolēnu uz valodu kursu; bet, lai patiešām izjustu valodu un sasniegtu tekošu valodu, ar kursu nepietiek.

Studentiem ir nepieciešama papildu informācija, lai iegrimtu procesā, kas pārsniedz izpratni un analīzi. Viņiem var būt pieejami daudzi resursi, ja viņi zina, kā un kur tos atrast.

Pastāv lieliskas bezmaksas tiešsaistes programmas, piemēram, Duolingo, ceļojumu iespējas, piemēram, AFS, vai līdzinieku grupa savā kopienā, kas runā vēlamajā valodā.

Valoda ir tikai viena interešu joma. Atvērtās izglītības kustībā ir iestrādātas arī citas vērtīgas platformas pašmācības iespējām. Open Education Resource Commons (OER) ir literatūras, zinātnisku darbu, mācību materiālu un atklātu kursu strops, ko nodrošina cienījamās iestādes.

Visi OER resursi ir bezmaksas, un to izmantošanai nav nepieciešama atļauja. Tas ir neticami vērtīgi studentiem, kuriem nav privilēģiju un piekļuves.

Informācijas pārbaude

"Viltus ziņas", ko sensacionalizē paši plašsaziņas līdzekļi, ne vienmēr ir jauns notikums, bet neķītrā ātrumā metastāzes ar lietu internetu (Internet of Things). Zināšanas, kā domāt kritiski un atrast informācijas avotus, ir obligātas efektīvai pašmācībai, bet var novest skolēnus pie sarežģītiem ceļiem, ja viņi arī nezina, kā izpētīt avotus. Lai atbalstītu sabiedrību šīs vajadzības risināšanā, tādas vietnes kā Facebook ir sākušas pārskatīt ziņu avotus sociālajos medijos. Citas vietnes, piemēram, Snopes, darbojas kā tiešsaistes faktu pārbaudītājs, lai atklātu viltus ziņas. Lai gan šie pasākumi var būt izdevīgi, pašmācībām nevajadzētu paļauties uz lielākiem avotiem, lai paveiktu darbu viņu vietā. Tādas iestādes kā Džordžtaunas universitāte (Georgetown University) nodrošina studentiem metodes, kā noteikt savu avotu uzticamību (skatīt tālāk). Atcerieties, ka pat viltus ziņas tiek iegūtas no kāda cilvēka domām un veicina kāda cilvēka realitāti.

Kā es to varu izmantot klasē?

Viens lielisks veids, kā izpētīt dažādu perspektīvu avotus un ietekmi, ir ne tikai samierināties ar sniegto informāciju. Pašorientētajiem audzēkņiem ir jārada veidi, kā iegūt informāciju, un jāapsver ideju un perspektīvu ietekmes uz to. Kā tas var izskatīties klasē?

Tādu pasākumu izveide, kas atbalsta skolēnus rezultātu izvērtēšanu, ņemot vērā iespējamus rezultātus. Dažādu perspektīvu atzīšana, izmantojot "Mind Mapping" vai "Infographics". Karšu salīdzināšana un kontrastēšana starp skolēniem palīdz viņiem pamanīt atšķirības. Reflektīvu metožu, piemēram, žurnālu un dialogu, izmantošana palīdz izpētīt emocionālās sekas un ietekmi uz sociālajām situācijām un kolektīvo vidi.

Modelēšanas pieredze

Atrast veidus, kā ar kritiskiem vingrinājumiem sacensties un "izmēģināt" pieņemtos lēmumus. Ļaujiet veikt testus un hipotēzes, kuru pamatā ir pieredze un uz problēmām balstīta mācīšanās. Apsveriet šādus izmeklēšanas ceļus:

- Kādā veidā skolēni var droši un atbildīgi izpētīt savus secinājumus?
- Kā studenti var izmantot savu mācību pieredzi kā metodi jaunu mijiedarbības un atklāšanas veidu izmēģināšanai?
- Kā mēs varam atbalstīt studentus eksperimentēšanas procesā un palīdzēt viņiem pārvaldīt brīžus, kad viņi neņem vērā citus, izrāda neobjektivitāti vai piedalās diskriminācijā?
- Kādā veidā mēs kā pedagogi varam ļaut skolēniem izmēģināt jaunas teorijas un identitātes, neliekot viņiem justies stigmatizētiem, reducētiem līdz etiķetēm vai nepareiziem savos spriedumos un uzskatos?

Spēcīga mācīšanās kopiena ir tāda, ko veido pašmērķīgi izglītojamie, kuri spēcīgi palīdz viens otru atbalstīt, paaugstināt un pilnvarot. Lai radītu šādu iekļaušanas un inovācijas līmeni, visiem izglītojamajiem (gan studentiem, gan skolotājiem) ir jāzina, kā mācīties un kā efektīvi sadarboties, pārņemot savā īpašumā savu ieguldījumu. Pašmērķīga mācīšanās vienmēr pastāvēs, necenšoties to iespiest mācību programmā, bet mācību programma, kas izgaismo un tiecas pēc nodoma ar pašmērķīgas mācīšanās palīdzību, novedīs mūsu kopienas līdz transformatīvajam līmenim.

<http://www.library.georgetown.edu/tutorials/research-guides/evaluating-internet-content>

	Audzēknis	Pasniedzējs
Pirmā stadija	Atkarīgais	Autoritāte, Treneris
Piemēri: apmācība ar tūlītēju atgriezenisko saiti. Drill. Informatīvā lekcija. Trūkumu un pretestības pārvarēšana.		
Otrā stadija	Ieinteresētais	Motivators, Virzītājs
Piemēri: iedvesmojoša lekcija un vadīta diskusija. Mērķu noteikšana un mācīšanās stratēģijas.		
Trešā stadija	Iesaistītais	Veicinātājs
Piemēri: diskusija, ko veicina skolotājs, kurš piedalās kā līdzvērtīgs. Seminārs. Grupu projekti.		
Ceturtnā stadija	Pašvadītais	Konsultants, delegētājs
Piemēri: prakse, disertācija, individuālais darbs vai pašmācības grupa.		

Dimensijas: motivācija, paškontrolē, pašapziņa

The Self-Directed Learning Model, G. Grow. from Barbara Stokes; Four Stages Of A Self-Directed Learning Model

3. DIENA

Mācīšanās iznākums

Zināšanas:

- izprot radošās darbības metožu un sociometrijas lietošanas principus
- izprot mācīšanās procesu, pamatojoties uz darbības metodēm un sociometriju
- izprot skolotāja lomas saturu apmācāmā 3. posmā

Prasmes:

- var atbalstīt mācīšanos, izmantojot darbības metodes un sociometriju
- prot adekvāti izmantot 2-3 radošās darbības metodes gan indivīdiem, gan grupām
- prot izmantot 2-3 sociometriskos uzdevumus mācību attiecību veidošanai grupā
- spēj noteikt skolotāja un izglītojamā lomu 3. posmā

Attieksme:

- ir orientēta uz procesu
- ir gatavība izmantot radošās darbības metodes
- ir gatavība izmantot sociometriskos uzdevumus

PROGRAMMA

DARBĪBAS METODES UN SOCIOMETRISKIE UZDEVUMI MĀCĪBU GRUPĀM

- A. Reģistrēšanās, pārdomas un iesildīšanās
- B. Radošās darbības metodes
- C. Moreno pamatdarbības metodes
- D. Sociometriskie uzdevumi
- E. Rīcības metožu izveide

Ievads:

- Līguma atjaunošana + tehniskās vienošanās
- Šīsdienas/reizes tēmas

Reģistrēšanās (tiešsaistē): kur jūs atrodaties un kādi ir laikapstākļi (ārā un iekšā)?

II variants:

Divi jautājumi:

1. "Kā bija nokļūt tur, kur atrodaties šodien?"
2. "Kāds ir jūsu izaicinājums radošās grupas klimata veidošanā?" Vai arī var būt "Kādas ir radošās grupas klimata radīšanas priekšrocības?"

Vingrinājums: **Vēstures karte** (no I moduļa)

Refleksija: kā mājasdarbi tevi iesildīja vai tieši pretēji – "sasaldēja"?

Iesildīšanās spēle:

"Vienu līmeni augstāk (augšup) vai zemāk (uz leju) vai tajā pašā līmenī": pirmais dalībnieks vai vadītājs met bumbu citam dalībniekam un pasaka lietvārdu, piemēram, "koks" un izvēlēto līmeni.

Otrs dalībnieks atbild, piemēram, "mēbeles" un met bumbu nākamajam dalībniekam, lai noteiktu, kurā līmenī viņam jāatbild.

- A. "koks" un līmenis uz augšu. (Met bumbu vai, ja tiešsaistē, nosauc dalībnieku)
- B. "mēbeles" un vienā līmenī - met bumbu citam spēlētājam.

Spēle turpinās, līdz visi dalībnieki ir iesaistījušies vismaz vienu reizi.

Refleksija:

- ko jūs pieredzējāt 2. dienā un kā tas ir saistīts ar šodienas tēmu – sadaliet grupu mazās grupās, kur tās pārrunā un atgriežas lielajā grupā, lai parādītu darbības kopsavilkumu.
- viņa pieredze sociometrijā - Ja 3. diena ir klātienē, šeit varētu izveidot spektrogrammas, ja tiešsaistē, tad varat dalīties mazās grupās un sniegt kopsavilkumu lielā grupā.

Tiešsaistes iespēja:

Fiziskie vingrinājumi: izejiet no ekrāna pa kreisi un ienākat tajā pa labi

B. RADOŠĀS DARBĪBAS METODES

30 min

Lekcija par radošās darbības metodi un tās lomu grupā

Mazās grupās dalieties tajā, ko viņi atceras par radošuma kanonu. Parāda to darbībā.

Saikne ar radošuma kanonu (no I moduļa)

Kā jūs varat izmantot radošumu, lai izstrādātu un vadītu mācību procesu? Uzrakstiet 3 teikumus, pēc tam dalieties mazajā grupā un pēc tam dalieties lielajā grupā.

KAFIJAS PAUZE

C: MORENO PAMATDARBĪBAS METODES

90 min

Dubultošana

Lekcija par dubultošanu

- Dubultošana aiz muguras
- Dubultošana ar skaņu – viens dalībnieks parāda kaut ko un otrs dubulto to ar skaņu un tad mainās ar lomām
- Dubultošana ar kustībām – viens dalībnieks parāda kaut ko un otrs dubulto to pašu; viņi maina lomas

Tiešsaistes iespēja:

Pa pāriem dubulto viens otru

- Viens parāda + otrs atspoguļo to atpakaļ
- Otrs atspoguļo ar teikumu vai vārdu
- Pirmais labo, ja nepieciešams
- Tad otrādi
 - Ķermeņa poza - nekustīga
 - A veido pozu.
 - B atdarina pozu un stāsta, kādas sajūtas un domas radās.
 - A Izstāsta savas jūtas/domas, kas bija aiz sākotnējās pozas.
 - Tāda pati procedūra otrādi
 - Dubultošana ar skaņu
 - A izdod skaņu.
 - B atdarina skaņu un stāsta, kādas sajūtas un domas radās.
 - A Izstāsta savas jūtas/domas, kas bija aiz sākotnējās skaņas.
 - Tāda pati procedūra otrādi
 - Dubultošana ar kustību
 - A veic kustību.
 - B atdarina kustību un stāsta, kādas sajūtas un domas radās.
 - A Izstāsta savas jūtas/domas, kas bija aiz sākotnējās kustības.
 - Tāda pati procedūra otrādi
- Reflektējiet, ja pietiek laiks

Spogulis

Lekcija par spoguļi

- es kā simbols – paņem simbolu, piešķir tās pašas īpašības un tad skaties uz simbolu kā tu
- runāšanas struktūra – izvēlies 5 dalībniekus no grupas:
 1. Tavas emocijas
 2. Tavs prāts
 3. Tavs ķermenis
 4. Tava dvēsele.

Izveidojiet skulptūru no šīm četrām daļām, lai vismaz viena katras daļas mala/daļa pieskartos pārējām. Kad visas daļas apmierinātas, tad ieliec piekto biedru – sevi. Tā, ka atkal visas daļas saskaras viena ar otru. Kad uzdevums ir izpildīts, samainieties lomās ar 5. dalībnieku, aptaustiet skulptūru. Apgrieziet lomu un paskatieties uz sevi spoguļi.

- dodat balsi tēlniecībai kā mans "super-skolotājs" vai kā "treneris no elles"

Tiešsaistes iespēja:

- Izvēlies 5 simbolus pa pāriem:
 1. Tu pats
 2. Tavas emocijas
 3. Tavs prāts
 4. Tavs ķermenis
 5. Tava dvēsele
- Novietojiet tos uz galda sev priekšā un, novietojot tos attiecībā vienu pret otru, izveidojiet skulptūru.
- Prezētējiet to otram un pēc tam otrādi
- Reflektējiet, ja jums ir laiks

Lomu maiņa

Lekcija par lomu maiņu

- Iejūties sava studenta lomā un iepazīstini ar pasniedzēju: kā viņš ir attīstījies vai mainījies šī rudens laikā
- Reflektējiet, ja jums ir laiks

PUSDIENU PĀRTRAUKUMS

D. SOCIOMETRISKIE UZDEVUMI

30 min

Lekcija par sociometriju (skatīt arī moduli I)

- Izvēlies piecus simbolus un novietojiet tos uz A4 lapas.
 1. Simbols – Jūsu skolēni
 2. Simbols – Radošums
 3. Simbols – Tu kā skolotājs
 4. Simbols – Tu kā izglītojamais
 5. Simbols – sarežģītas situācijas treniņu procesā

Pāros pārrunājiet attālumu un attiecības starp šiem pieciem simboliem.
(To var izdarīt arī grīdas - darbībā).

Tiešsaistes iespēja:

Sociometriskais vingrinājums vietnē <https://flinga.fi/>

- Cik liela atbildība man kā izglītojamam ir piemērota (lokogramma)

E: SOCIOMETRISKIE UZDEVUMI

60 min

Atgādinot pašmērķīgu izglītojamo (I modulis) 3. posmu (iesaistīts apmācāmais, skolotājs ir koordinators).

Lūdziet dalībniekus atcerēties piemērus un dalīties ar 3. posma izglītojamo grupu gadījumiem. Sadalieties mazās grupās un aiciniet dalībniekus izveidot vienkāršas darbības metodes (spēli/uzdevumu) šiem gadījumiem un piemēriem, ar kuriem viņi dalījušies.

1. Viena grupa par spoguļošanu
2. Otra par dubultošanu
3. Trešā par lomu maiņu un
4. Vēl viena grupa par sociometriskiem uzdevumiem

(JA klātienē - varam piedāvāt dažus palīgmateriālus - šalles, bumbiņas utt.).

Pēc tam atgriezieties lielajā grupā un katra apakšgrupa vada savu spēli/uzdevumu.

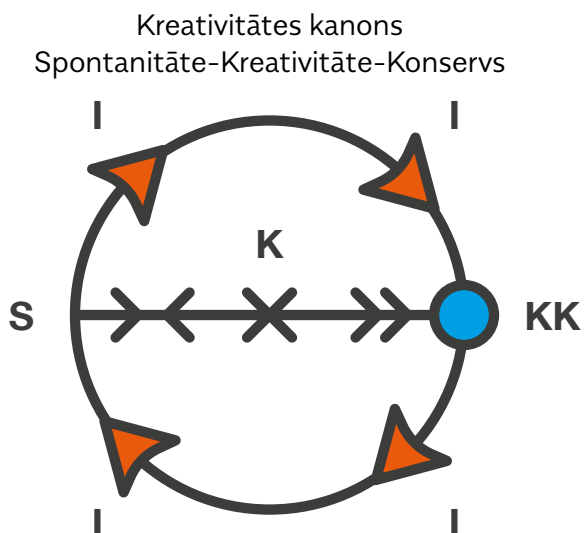
KAFIJAS PAUZE

Izveidojiet savu funkciju karti un pēc tam iezīmju karti trenerim, kurš koordinē apmācības procesu. Pēc tam salīdziniet un meklējiet resursus, lai palīdzētu attīstīt jums nepieciešamās īpašības. Kā man lietot.... manā mācībā?

Dienas beigas, dalīšanās par dienu

MATERIĀLI

Radošās darbības metodes



J.L.Moreno izstrādāja veidu, kā strādāt ar cilvēkiem, lai mudinātu un iesaistītu viņus savas dzīves veidošanā un iesaistītu mācību procesā: radošās darbības metodes. Šī pieeja mudina cilvēkus izmantot savu iedzimto spontanitāti, izvēloties apzināties kā viņi parādās pasaulē un kādas darbības viņi veic. Kā viņu veiktās darbības var ietekmēt citus un otrādi. Īpaši svarīgi atzīmēt, ka radošās darbības metodes ir neatņemama grupu nodarbību metode, jo darbībā (strādājot) cilvēks spēj veiksmīgāk apgūt jaunus uzvedības modeļus, reaģēt uz savām emocijām vai gūt atklāsmes, īpaši, ja tas notiek mijiedarbībā ar citiem grupas dalībniekiem, ievērojot drošu grupas vidi.

“Tādējādi spontanitāte un kreativitāte (radošums) ir atšķirīgas kārtības kategorijas; kreativitāte pieder pie matēriju kategorijām – tā ir līknes matērija – spontanitāte pie katalizatora kategorijas – tas ir līknes katalizators” (1953c, 40. lpp.)

DUBULTOŠANA

Dubultā tehnika sastāv no palīga ego izmantošanas specializētā lomā, spēlējot protagonistu iekšējās daļas lomu. Dubultais palīgego izsaka protagonistu domas vai jūtas. To lieto, ja protagonistu ir iestrēdzis, apmulsis, nespēj izteikt emocijas un neļauj kustēties uz priekšu. Protagonistam pievienojas palīgs, vai nu apmācīts līdzterapeits, vai grupas dalībnieks, kura uzdevums ir darboties kā atbalstam protagonistu pozīcijas vai jūtu izklāstā.

Dubultošanas tehnikai ir vairāki mērķi:

1. stimulēt mijiedarbību, veicinot protagonistu psiholoģiskās pieredzes atainošanu pilnā diapazonā. Ļaujot protagonistam arī piedzīvot apspiestas emocijas un izteikt apspiestus vārdus.
2. sniegt atbalstu protagonistam, kas palīdz viņam uzņemt lielāku risku un pilnīgāk iesaistīties mijiedarbībā. Dažreiz sajūta, ka “es neesmu viens šajā situācijā”, ir ļoti noderīga.
3. būt par līdzekli efektīvāku ieteikumu un interpretāciju sniegšanai protagonistam.

Dubultniekiem vispirms jāstrādā, lai izveidotu empātisku saikni ar protagonistu. Kopumā viņi stāv blakus protagonistam un nelielā leņķī pret to, lai viņi varētu atkārtot neverbālo saziņu un parādīt sava veida “vienotu fronti”. (Levetona, 1977)

SPOGULIS

Protagonists stāv un skatās, kamēr viņa atveidoto lomu atveido palīgs. Spoguļošana ir noderīga neverbālās pretestības komunikācijas attēlošanā. Papildu ego ieņem protagonistas vietu uz skatuves un protagonistas uz skatuves notiekošo skatās no "spoguļa" (no malas). Šis paņēmiens palīdz ieraudzīt, apzināties un, iespējams, sastapt pretestību konkrētā situācijā, kur līdz šim varonis nav spējis to atpazīt vai adekvāti virzīties uz priekšu.

Spoguļa tehnikai psihodrāmā ir divas funkcijas:

1. **eksistenciāls** – protagonistas savu uzvedību vēro no malas, citu tēlotu. Tas mudina protagonistu domāt objektīvi. No šīs pozīcijas protagonistas var dot sev padomu, izteikt domas un jūtas par sevi, savu rīcību šajā situācijā, cienīt un saprast to kopumā. Protagonists var sniegt atbalstu savam "iekšējam bērnam". Spoguļojot, režisoram jāuzmanās, lai nepadarītu protagonistu par izsmiekla objektu.
2. **sistēmisks** – spoguļojot, protagonistas var ļoti taupīgi respektēt savu pretestību un aizsardzību. Turklāt protagonistas var cienīt ne tikai sevi, bet arī citu uz skatuves esošo personu attieksmi pret viņu, kā arī savstarpējās attiecības, attālumus. Piemēram, var skaidri redzēt ģimenes sociometrisko attēlu. Spoguļošanā var novērot diādiskus konfliktus triādiskā situācijā (protagonists situācijā - antagonists - protagonistas no malas). Diādiskā (protagonists – antagonists) situācija atklāj jūtas, triādiskajā situācijā jūtu dziļums palielinās, dod mentālu katarsi. Skatoties no malas un vērojot diādisku vai triādisku situāciju, protagonistas var piedzīvot atklāsmes, izprotot konflikta būtību.

LOMU MAIŅA

Lomu maiņa ir "psihodrāmas sirds".

"Psihodrāmas sāls". (Zerka Moreno). Protagonists maina lomas ar nozīmīgiem objektiem – gan dzīviem, gan nedzīviem. Lomu maiņai ir sena vēsture – pasakās, mītos, drāmās, lomas mainās. Tā ir neatņemama bērnu rotaļu sastāvdaļa, sava veida sociālā apmācība.

Lomu maiņas psiholoģiskā nozīme ir paskatīties uz sevi ar kāda cita acīm vai no citas perspektīvas. No attīstības viedokļa lomu maiņa ir atdalīšanās process. Protagonists var attēlot jebkuru lomu, tostarp nedzīva objekta lomu, it kā tas varētu pateikt, ko viņš jūta. Tādējādi rakstāmgalds mājās varētu runāt ar tā īpašnieku par to, kā tas ir atstāts novārtā, vai dīvēns varētu runāt ar pāri par tā priekšstatiem par pāra agrīno uzvedību. Tāpat psihodrāmā psiholoģiski var būt reāli mājdzīvnieki, tēli sapņos, bērni, kas nekad nav ieņemti vai dzimuši, debesu tiesneši un citi.

Galvenie mijiedarbības dalībnieki maina lomas. Kad protagonistas psihodrāmas lomā maina lomas, tas ir veids, kā pārvarēt ierastos egocentrisma ierobežojumus. Lomas maiņa tiek norādīta, ja protagonistam ir lietderīgi iejusties otras personas skatījumā. Arī lomu maiņa tiek izmantota ainas iestatīšanas un palīgpersonas iesildīšanas laikā. Protagonists maina lomas un parāda, kā uzvedas otra persona ainā, tādējādi sniedzot palīgpersonām neverbālas norādes, lai aina tiktu atskaņota salīdzinoši tuvu protagonistas pieredzei. (To sauc arī par daļu maiņu).

Lomu maiņa palīdz padziļināt un paplašināt empātisko identifikāciju ar pretinieku, kā arī palīdz attīstīt socializāciju un pašintegrāciju.

A. Blatners (Blatner) rakstīja: "Mēs domājam visu laiku mainām lomas. Tas ir kā nepārtraukts process, kas palīdz uzturēt sociālās saites."

Lomu maiņā ir iesaistīti vairāki intrapsihiski un starppersonu procesi:

1. **Empātiska lomu pieņemšana.** Mainot lomas, jāizmanto emocionālās, kognitīvās un uzvedības prasmes. Process ietver atmiņu, iztēli, kā arī lomu maiņas objekta jūtu un domu apzināšanos. Veiksmīgai lomu maiņai "nepieciešama spontanitāte, iesildīšanās un lomu grupēšanās" (J.L. Moreno);
2. **Darbības producēšana** – svarīgi ir ne tikai iejusties objektā, bet arī rīkoties un uzvesties tā, kā uzvedās vai uzvestos otrs, kā tas mijiedarbotos ar citām lomām;
3. **Atsauksmes par lomu.** Lomu maiņā var saņemt atbildi uz jautājumu "Kā es (objekts) tevi uztveru?", bet arī – "Kā es to uztveru, kā tu mani uztver?".

Lomas maiņa ir nebeidzams process – mēs nekad pilnībā nesapratīsim otra jūtas, attieksmi un motīvus.

Cilvēkiem ir dažādas spējas mainīt lomu. Tas ir atkarīgs ne tikai no intelektuālās, iztēles, emocionālās un starppersonu funkcionēšanas līmeņa, bet arī no lomu spēlēšanas prasmes. Daži psihodramātiķi novērojuši, ka to kultūru pārstāvjiem, kurās teātris ir populārs, ir vieglāk mainīt lomas.

Spēja mainīt lomas sāk veidoties no 3 gadu vecuma, kad bērns iziet no "egocentriskā" perioda un sāk apzināties "Tu", "Es – Tu" attiecības. Lomu maiņa attīstās līdz ar "Es – Tu" nodalīšanu un personības identitātes apzināšanos. Cilvēkiem ar smagiem konfliktiem vai trūkumiem šajā jomā (narcistisks, paranoisks, psihotisks, autisms vai smagi personības traucējumi) ir grūtības vai pat nespēja mainīt lomas. Līdzsvarotas personības ar spēcīgu Ego spēj mainīt lomas.

SOCIOMETRIJA

J.L. Moreno rakstīja, ka "sociometrija ir sabiedrības psiholoģisko īpašību matemātisks pētījums". Latīņu valodā "sociu" nozīmē sabiedrību, bet "meterum" nozīmē mēru. Tātad – "sabiedrības mērīšana". Sociometrija ir zinātne, kas sniedz iespēju pētīt neformālās attiecības starp cilvēkiem grupā. Kļūst redzamas neredzamas saistības un attiecības.

Sociometriskie pētījumi palīdz grupas dalībniekiem apzināties faktoros un spēkus, kas viņus ietekmē attiecību veidošanā un uzturēšanā ar citiem. Tādējādi grupas dalībnieki iegūst vairāk informācijas, vairāk spontanitātes, kļūstot dzīvāki un zinošāki. Ir nepieciešams uzturēt emocionālas saites ar apkārtējiem cilvēkiem. Grupa dod individuālam iespēju uzņemties un pildīt dzīvē nepieciešamās lomas.

Moreno metodi starppersonu attiecību mērīšanai grupā var izmantot arī kā iesildīšanās uzdevumu grupas mijiedarbībai.

Pamatmetodē tiek izmantots papīrs un zīmulis, un katrs cilvēks atzīmē sev vēlamu citu grupas dalībnieku kā partnera izvēli dažādās aktivitātēs. Pēc tam, kad tie ir publicētas diagrammas vai diagrammas veidā, rezultāti tiek kopīgi ar grupu. Kļūst skaidrs, kas ir "zvaigznes" un kuri ir relatīvi izolēti. Dažādās pozīcijas kļūst par psihodramatisko pētījumu tēmām.

Ir arī dažādi veidi, kā demonstrēt sociometriskās izvēles bez papīra vai zīmuļa.

Varoņi attēlo savu uztveri par attiecībām savās ģimenēs, darba vidē, pašreizējā grupā vai kādā citā situācijā tā, it kā tā būtu diorāma vai skulptūra. Attālumi (tālu vai tuvu) tiek parādīti konkrēti, un jūtas tiek atspoguļotas veidā, kādā cilvēki saskaras, un ar fiziskiem žestiem. Virdžīnija Satira izmanto šo tehniku ar nosaukumu ģimenes skulptūra. To sauc arī par statuju celtni (Seabourne, 1963)

Acting-in Practical applications of psychodramatic methods. Adam Blatner, 1988

Foundations of psychodrama History, theory & practice. Adam Blatner, Alle Blatner, 1988

The philosophy, theory and methods of J.L. Moreno John Nolte, 2014

4. DIENA

Mācību rezultāts

Zināšanas:

- zina pamatspēles un izaicinājumus grupu attiecībās un dinamikā
- identificē izaicinājumus ar motivāciju
- izprot, kā radīt procesu, kā tikt galā ar sarežģītām situācijām
- prot adekvāti atbalstīt mācīšanos starp mācībām un mācību sesijām
- zina, kā atbalstīt turpmāko motivāciju turpināt mācīties pēc kursa beigām
- zina, kā plānot mājas uzdevumus, lai tie atbalstītu mācīšanos mācību sesiju starplaikā
- izprot izglītojamo un skolotāju lomas 4. posmā

Prasmes:

- spēj pareizi identificēt un rīkoties saistībā ar dažādām izaicinošām situācijām grupas dinamikā un motivācijā
- var izveidot uzdevumus un instrukcijas mācībām mācību sesiju starplaikā
- var plānot un īstenot turpmākos pasākumus, ja tie ir būtiski
- var attīstīt savas prasmes kā mācību konsultants
- var atbalstīt patstāvīgu mācīšanos mācīties apzināt un pareizi rīkoties saistībā ar dažādām izaicinošām situācijām grupu dinamikā un motivācijā

Attieksme:

- uzskata skolotāja kā konsultanta lomu par primāro
- vērtē pašvadītu mācīšanos kā galveno pieaugušo izglītības principu
- uzskata problēmas un konfliktus par mācību iespējām visiem

PROGRAMMA

SAREŽĢĪTAS SITUĀCIJAS UN DARBĪBAS UZDEVUMU VEIDOŠANA MĀCĪBĀM

- A. Pārdomas, iesildīšanās
- B. Komunikācija grupās
- C. Šķēršļi mācībās
- D. Grūtu situāciju risināšana mācību grupās ar rīcības metodēm
- E. Izglītojamā skolotāja/pasniedzēja loma
- F. Pārdomas un mājasdarbi

A. PĀRDOMAS, IESILDĪŠANĀS

90 min

Dienas ievads

- Sadalīties mazākās grupās (3-4 cilvēki)
- Ko es iemācījos un kādi man ir jautājumi? (12 min)
- Apvienojieties lielajā grupā, pasakiet kaut ko no katras grupas un apkopojiet jautājumus (Atbildiet uz tiem vēlāk)

Warm-up for the theme:

1. Īsas tikšanās pārī. Diskutēt: kādas ir sarežģītās situācijas, ar kurām esmu sastapies kā 1. praktikants, 2. kā treneris, pieaugušais pedagogs. Ko esmu no viņiem mācījies.
2. Atpakaļ lielajā grupā: dod dažas īsas pārdomas
3. 2 sociometriskās līnijas:
 1. Cik daudz grūtu situāciju esmu piedzīvojis
 2. ii. Cik labi es ar tiem darbojos, tos pārvaldu

Maz grūtību _____ Daudz grūtību

Slikti pārvaldu _____ Labi pārvaldu

Tiešsaistē: varat izmantot tāfeli

4. Pārdomas: pārdomājiet sociometrisko izmeklēšanu lielajā grupā

KAFIJAS PAUZE

B: KOMUNIKĀCIJA GRUPĀS

90 min

Vingrinājums:

- Lielajā grupā: pa vienam ieņemt ķermeņa stāvokli, kustību vai žestu, kas izsaka kā tu jūties, kad ir konflikts (saziņas) + grupa to dubulto

Vingrinājums:

- Sociodrāma par Pāvila lietu
 - Lomas: Pille, Pauls, vēl viens grupas dalībnieks un skolotājs/lektors
 - Mazas grupas pēc dažādām lomām: kļūstiet par lomu + pārrunājiet savu skatījumu
 - Lielas grupas mijiedarbība + iekšējie monologi no lomām
- Kā tas bija to darīt? Ko jūs sapratāt no lomām?

Vingrinājums: lomu spēle "Labs skolotājs / slikts skolotājs"

A. Slikts skolotājs

1. Palūdziet ikvienam atrast partneri (tiešsaistē varat sadalīt grupu)
2. Uzņemties lomas – viens ir slikts skolotājs, otrs ir pilngadīgs skolēns
3. 5 minūšu laikā var improvizēt un spontāni rīkoties atbilstoši lomām.
4. Īsas pārdomas pa pāriem
5. Refleksija grupā – emocijas, domas, mācīšanās.
Kā skolotāja uzvedība ietekmēja mācīšanos

B. Labs skolotājs

Tajos pašos pāros lai viens un tas pats skolotājs ir labs. Mērķis ir noslēgt uzdevumu ar labām emocijām!

Variācijas:

1. Pāri var darboties lielās grupas priekšā uz "skatuves", ja grupai ir pietiekama uzticēšanās un grupa ir mazāka (maks. 10 dalībnieki)
2. Izveidojiet jaunus pārus, lai skolotāji varētu būt skolēni un otrādi. (Labāk ir piedzīvot tādu pašu lomu spēli ar citu personu)
3. Slikts students/labs students
4. Statujas. Izveidojiet statuju par sarežģītu situāciju, dodiet katram cilvēkam dažus teikumus. Dubultojiet. Lomu maiņa dažādās statujas vai lugas perspektīvās.

Jūs varat to izspēlēt kā dzīvnieki

C: ŠĶĒRŠĻI MĀCĪBĀS

Lekcija par komunikāciju grupās un mācīšanās barjerām.

Pārdomas grupās pa 3: Kādus šķēršļus es pats atpazīstu. Kā man ir izdevies pārvarēt barjeras

PUSDIENU PĀRTRAUKUMS

Vingrinājums:

- Visi atsevišķi izmantojiet savu ķermeni kā instrumentu, lai izteiktu, kā šobrīd jūtaties kā students
- Klausieties un vērojiet viens otru un, kad esat pabeidzis, nododiet to kādam citam

D. GRŪTU SITUĀCIJU RISINĀŠANA MĀCĪBU GRUPĀS AR RĪCĪBAS METODĒM

Vingrinājums:

- Grupās pa 3
- Katrs dalās ar 1 sarežģītu situāciju un izvēlas 1 grupai
- Analizējiet un pārdomājiet to, izmantojot radošuma kanonu, komunikācijas un mācīšanās šķēršļus
- Izdomājiet darbības metodes situācijas risināšanai

KAFIJAS PAUZE

E: APMĀCĪTĀJA UN SKOLOTĀJA/TRENERI LOMA

- Pierakstiet tāda skolotāja iezīmes, prasmes, kas ievieš skolēnos spēju pašmācīties
 - Sākat individuāli (4 min)
 - Grupā uzlieciet 3 svarīgākos uz liela papīra
 - Apskatiet savu sarakstu un pievienojiet vēl, ja nepieciešams
 - Pārdomas: vai ir apakšgrupas?
 - Izveidojiet sev simbolu un novietojiet sevi tur, kur jūtaties kā mājās
 - LĒNĀM pārvietojieties uz vietu, uz ko vēlaties koncentrēties tālāk
- Dalīšanās

Uz skatuves: 4 krēsli 4 mācību posmiem (pēc teorijas).

- Izvēlieties 2 brīvprātīgos, kuri ir skolotāja un izglītojamā lomā. Jūs stāstāt teoriju, un brīvprātīgie pāriet no viena krēsla uz otru, veidojot skulptūru, lai ilustrētu attiecības starp dažāda veida izglītojamiem un skolotājiem. Tās beidzas ar pašvadītā izglītojamā un skolotāja kā konsultanta lomām.

Atcerieties pašmācības teoriju. Dalīšanās pieredzē sarežģītu situāciju risināšanā kā izglītojamajam un kā skolotājam. Laba prakse.

- Kā izmantot sarežģītas situācijas kā starpnieku mācību procesam!

Dalīšanos var veikt lielā vai mazākā grupā.

“Teorija” no prakses. Grupas vadošie instrumenti

Tēmas, ko apspriest ar grupu sarežģītās situācijās:

- Līgumi ar grupu. Labi atgriezties pie līgumiem, atjaunināt, apstiprināt vai veikt vairākas izmaiņas, ja nepieciešams. Vai līgumus saprotam vienādi? Vai mums ir vajadzīgas vēl dažas, noteiktas vienošanās?
- Koncentrējieties uz apmācības mērķi. Kāpēc mēs esam šeit? Ko jums nozīmē šīs apmācības? Vai mēs koncentrējamies uz personīgām vai grupu vajadzībām?

4. Tukšais krēsls

Lūdziet dalībniekus ieņemt tukšu krēslu un runāt ar sevi:

- Kas tev padodas
- Kas vēl jātrenē
- Kā jūs lietojat savās mācībās?

F: II MODUĻA REFLEKSIJA

- Kas izraisa paniku? Kas palīdz izkļūt no komforta zonas? (Pārdomājiet grupās pa 3-4 Veiciet piezīmes. 20 min)
- Pārdomas par procesu (pārdomājiet grupās pa 3-4 Veikt piezīmes. 20 min)
 - Pārsteigumi (kas jūs ir pārsteidzis)
 - Mācību rezultāts (ko jūs uzzinājāt?)
 - Apmierinātība (Kas ir padarījis jūs apmierinātu?)
 - Izaicinājumi (kāda veida izaicinājumi jums ir?)
 - Atklājumi (ko jūs esat atklājuši?)

MĀJASDARBS

- 24 stundu laikā pēc moduļa rakstiet:
 1. Ko jūs plānojat praktizēt/izmantot no šoreiz apgūtā? (piem., sākt ar kaut ko jaunu? Pārtraukt kaut ko? turpināt ar kaut ko?)
 2. Kas bija labākais/svarīgākais šī moduļa laikā?
 3. Kas nebija tik labi/kas būtu jāmaina?
- Pēdējās 24 stundas pirms nākamā moduļa rakstiet:
 1. Izmantojiet kaut ko no I sesijas + pārdomājiet to rakstiski (piemēram, ko jūs izmantojāt? kas palīdzēja? kas neizdevās? Ja jūs neizmantojāt, kā tā? Vai ir kādas atziņas?)

MATERIĀLI

Psiholoģiskie šķēršļi mācībās

Psiholoģiskā izpratnē priekšnoteikums, lai mācīšanās notiktu, ir gatavība iziet no esošā, drošā un ērtā stāvokļa un pāriet uz jauno un nezināmo, kura iedarbība stiprina cilvēka dabisko aizsardzību – psiholoģiskās barjeras un to pavadošo pretestību pret pārmaiņām. Ja uztvertais spiediens izglītojamajam ir pārāk spēcīgs, izglītojamais piedzīvo bailes, uzskata izaicinājumu par nepārvaramu un padodas. Bet, ja nebūtu vispār spiediena, nebūtu jāmainās. Šis ir precīzs uztvertā spiediena gadījums – apmācāmā iekšējās, psiholoģiskās barjeras un tas, kā apmācāmais jūtas pret savu vidi un sevi. Tie ir tikai daļēji saistīti ar mācību vidi un pedagoga darbību. Pedagogi var nepareizi interpretēt izglītojamā psiholoģiskās pretestības izpausmes un domāt, ka tās ir vērstas pret viņiem, bet vairumā gadījumu tā nav. Pārsvārā tas ir neapzināts process, veids, kā aizsargāt cilvēka ego un paštēlu visa mūža garumā ar informāciju, kas nesakrīt ar jau esošo priekšstatu par sevi.

C.Van Hūstens (C. Van Houten) izmanto holistisku pieeju cilvēkiem un mācībām. Viņš redz, ka cilvēka attīstību virza trīs galvenie motīvi: tiekšanās pēc jaunu lietu apguves, tiekšanās pēc attīstības un tiekšanās uz uzlabojumiem. Šajos centienos cilvēks sastopas ar šķēršļiem savu domu, jūtu un gribas pasaulē. Izglītojamais jūtas nespējīgs tos pārvarēt, un tas rada bailes un nepatiku pret mācīšanos. Šķēršļi ir jārisina visaptveroši un holistiski.

Domāšanas barjera

Cilvēka domāšanas procesā ir noteikti noteikumi. Ar domāšanu iespējams iepazīt tikai noteiktu pasaules daļu, pārējais paliek apslēpts un ir jāatpazīst, jāpamana, jāatklāj. Cilvēks, aktīvi cenšoties sajust pasauli, pastāvīgi saskaras ar jauniem jautājumiem un mīklām, kas var izraisīt kognitīvas blokādes.

Divi šķietami pretrunīgi, bet patiesībā viens otru papildinoši domāšanas veidi ir diverģentā un konverģentā domāšana. Diverģentā domāšana ir domāšana, kas noved pie jaunu ideju un neparastu risinājumu rašanās, piedāvājot vairāk nekā vienu problēmas risinājumu. Diverģentā domāšana visbiežāk ir saistīta ar radošumu. Konverģentā domāšana tuvojas problēmas risinājumu meklēšanai, pieņemot, ka ir tikai viens pareizais risinājums vai atbilde. Dažādu uzdevumu risināšana prasa spēju izmantot abus domāšanas veidus, kas faktiski ir kopīgs visiem cilvēkiem, taču bieži vien pieaugušajam izglītojamajam ir izveidojusies priekšroka, kas tiek pielietota, to neapzinoties. Viens no pirmajiem soļiem, lai tiktu galā ar domāšanas barjeru, ir iemācīties pamanīt vienpusību vai ļoti vēlamu domāšanas veidu. Pārvarot domāšanas barjeru, izglītojamā veidojas cieņa pret pasauli un citiem cilvēkiem, vienlaikus apņemoties un apzinoties savas vērtības.

Pedagoga uzdevums ir radīt iespējas izglītojamajam apzināties savus domāšanas paradumus un strādāt ar domu barjeru. Efektīvi veidi, kā to izdarīt, ir:

- nodrošināt iespējas skolēniem pašiem uzdot jautājumus un izpētīt lietu būtību, nevis būt pasīviem zināšanu saņēmējiem,
- plānot uzdevumus, kas aktivizē dažādus maņu orgānus un novērošanas prasmes, lai izglītojamais varētu izdarīt secinājumus un iegūt jaunas zināšanas;
- tādu uzdevumu nodrošināšana, kas prasa gan domāšanas veidus, gan mācīšanos tos lietot paralēli.

Lai attīstītu konverģentu domāšanu, ir labi domāt, kā mēs domājam, kā soli pa solim sasniegt rezultātus, domājot loģiski. Lai attīstītu diverģentu domāšanu, ir jāpamana sava intuitīvā uztvere, jāiemācās uzticēties šim spontānajam, radošajam domāšanas veidam.

Emocionālā barjera

Emocionālā barjera attiecas uz pretestību, kas izpaužas mūsu jūtās. Tā nav reakcija uz ārpasauli, bet gan uz kaut ko cilvēkā. Cīņa ar savu emocionālo barjeru sniedz izglītojamajam labāku pašapziņu, brīvību un iekšējo personības briedumu. Izglītojamais piedzīvo, ka viņa emocijām ir ļoti liela nozīme izziņas procesos un mācīšanās procesā. Darbs ar emocionālo barjeru šķiet visgrūtākais, un emocionālās barjeras bieži vien vismazāk pieņem paši izglītojamie un pedagogi, jo vieglāk ir pateikt: "Es nesaprotu" nekā "man bail" vai "Es jūtos zemāks par citiem".

Daudzos gadījumos izglītojamie atsakās no mācībām, jo ir trūkumi darbā ar emocionālo barjeru. Izglītojamā emocionālās barjeras pamanīšana un atbalstīšana prasa no pedagoga psiholoģisku briedumu, drosmi, apņēmību, pašapziņu un empātiju. Pedagogam var būt arī pretestība idejai, ka darbs ar emocionāliem šķēršļiem ir daļa no mācību procesa. Pedagogs šajā amatā atrodas uz savu ierobežojumu sliekšņa un viņam ir jāizlemj, vai spert soli un strādāt cauri sajūtām un integrēt tās mācību procesā, mudinot audzēkņus darīt to pašu, esot paraugam.

Darbs ar emocionālo barjeru palīdz izglītojamajam labāk izprast sevi un palīdz pārvarēt personīgos ierobežojumus. Svarīgi, lai pedagogam būtu draudzīga, empātiska attieksme un viņš, pārvarot emocionālo barjeru, saprastu nosodījuma brīvas atmosfēras vērtību. Tikai darbs ar šo barjeru var novest izglītojamo pie lielākas pašapziņas. Koordinators var palīdzēt pārvarēt mācīšanās barjeru, pieņemot izglītojamā jūtas, nodrošinot atbalstošu sarunu, nelielu veiksmes pieredzi un pārdomas, kas veicina to izpratni.

Gribasspēka barjera

Gribasspēka barjeras galvenā iezīme ir trauksme, kas slēptā veidā pastāv cilvēkā. Tas ir kaut kas starp cilvēku un pasauli. Cilvēka Es vēlas kaut ko mainīt pasaulē: izteikt, pārveidot, izpildīt, un šajā gadījumā tas sastopas ar pretestību, kas saistīta ar gribu. Gribasspēka barjera izpaužas kā mācīšanās gribas trūkums, neatkarības trūkums, padošanās, kad rodas grūtības, un būšana nepiederošam, kurš nevēlas kaut ko apņemties.

Pedagogs var pamanīt, ka skolēnu vēlme mācīties ir pārāk vāja, grūtībās viņi mēdz ātri padoties, nepietiek izturības. Uz gribasspēka barjeras fona ir nemiers, bailes no dzīves, pārmaiņām, nākotnes. Trauksme palēnina aktivitāti, noved pie automātiskas darbības, kurā netiek pietiekami iesaistīti personīgajai un profesionālajai attīstībai un pielāgošanai nepieciešamie kognitīvie procesi. Pedagoga svarīgākais uzdevums ir modināt vēlmi mācīties individuāli, palīdzot apmācāmajam iegūt pieredzi darbā ar trim šķēršļiem.

Darbības, kas ir piemērotas izglītojamo personīgās gribas pamodināšanai, ir:

- aktivitātes, kas nodrošina radošu pašizpaušmi un tādējādi pamodina izglītojamā spontāno radošumu, sniedzot izglītojamajam pieredzi par dziļāku iesaistīšanos aktivitātē un tādējādi ir pieredze, kas ir labs paraugs izglītojamajam turpmākajā mācību procesā;
- uzdevumi vai mācību projekti, kas izstrādāti tā, lai nebūtu konkrēta, iepriekš noteikta rezultāta,
- komandas uzdevumi, kas prasa stingru apņemšanos, lai darbs ar citiem apmācāmajiem atbalstītu individuālo gribu;
- visaptverošu novērtēšanas un atgriezeniskās saites metožu izstrāde

Secinājumi

Visiem trim šķēršļiem ir spēcīga ietekme uz mācīšanos. Situācijā, kad izglītojamais uztver, ka nevar tikt galā ar izaicinājumu, ir nepārprotami nepieciešams iedrošinājums analizēt radušās jūtas un izprast radušos pretestību. Svarīgs ir pedagoga briedums, uzmanīga un cieņpilna attieksme pret izglītojamo un holistiska pieeja, kas atbalsta visu trīs šķēršļu pārvarēšanu.

Atsauces:

Coenraad, Van H. (1999). *Awakening the Will. Principles and Processes in Adult Learning*. Forest Row, Sussex: Temple Lodge Publishing; 2nd edition.

<https://sites.google.com/view/adultedu/home/learning-materials/article-psychological-barriers-to-learning?authuser=0>

Link to Chemical Reactions: <https://www.youtube.com/watch?v=vYFIHnulr38>

5. DIENA

Mācību rezultāts

Zināšanas:

- zina atšķirību starp novērtēšanu un izvērtēšanu
- zina atšķirības starp veidojošo un summatīvo vērtēšanu
- zina līdzdalības vērtēšanas principus un praksi
- zina novērtēšanas un izvērtēšanas pamatperspektīvas, izmantojot radošās darbības metodes un sociometriju
- izprot atšķirību starp vērtēšanu individuālā un grupas līmenī
- izprot radošās darbības metožu ētisku izmantošanu

Prasmes:

- prot definēt novērtēšanas un izvērtēšanas kritērijus savā apmācību un izglītības jomā
- var izmantot vismaz vienu līdzdalības novērtēšanas rīku
- var īstenot novērtēšanu un izvērtēšanu mācību un apmācību pasākumos un apstrādāt tos uz vietas un tiešsaistē
- spēj ieviest ētiskās zināšanas savā praksē

Attieksme:

- novērtēšanu un izvērtēšanu uzskata par svarīgu pieaugušo izglītības apguves un attīstības sastāvdaļu
- augstu vērtē ētisku rīcību gan attiecībā uz sevi, gan apmācāmo uzvedību

PROGRAMMA

GRŪTAS SITUĀCIJAS UN RĪCĪBAS UZDEVUMU VEIDOŠANA MĀCĪBĀS

- A. Reģistrēšanās, pārdomas un iesildīšanās
- B. Novērtēšana un izvērtēšana
- C. Darbības sociometrija vērtēšanai mācību grupās
- D. Ētikas jautājumi
- E. Nobeiguma novērtējums

A: REĢISTRĀCIJA, REFLEKSIJA UN IESILDĪŠANA

90 min

Laipni lūdzam, līguma atjaunošanas (mērķi, klātbūtne, atbildība) programmā šim modulim.

Reģistrēšanās: kā jums klājas?

Vingrinājums: **Vēstures karte** (no I moduļa)

Tiešsaistes iespēja:

“Breakout rooms” opcija jeb atsevišķās virtuālās telpas: reģistrēšanās + pārdomas no iepriekšējās reizes un laika starp moduļiem (10 min). Daži teikumi no katras grupas

Fiziskā iesildīšanās

Tiešsaistes iespēja:

Atsevišķās virtuālās telpas: kā šī grupa man ir bijusi līdz šim? (10 min)
Parādiet to lielajā grupā.

KAFIJAS PAUZE

B: “ASSESSMENT” UN “EVALUATION” JEB NOVĒRTĒŠANA

30 min

Pārdomas: par ko mēs runājam reģistrācijā un kādas bija sajūtas?

- Pārdomas – par kādām jomām mēs reflektējam? Cik dziļas bija pārdomas?
- Vai tika veikta analīze? Konceptualizācija? Sintēze?
- Vai bija novērtējumi un/vai izvērtējumi?

Tiešsaistes iespēja:

Kas ir

- Reflektēšana?
- Analīze?
- “Assessment”?
- “Evaluation”?

Atsevišķās virtuālās telpas: 12 minūtes

Diskusija lielā grupā

Lekcija par novērtēšanu un izvērtēšanu

- Kas ir? Kāda ir atšķirība?
- Kāds ir process?
- Kā tas ir saistīts ar refleksiju un analīzi (grupu mācīšanās kontekstā)?

C: DARBĪBAS SOCIOMETRIJA NOVĒRTĒŠANAI MĀCĪBU GRUPĀS

60 min

Sociometrijas rīku darbības demonstrēšana

- Spektrogrammas (grīdas pārbaude, pretstatu dimants u.t.t.)
- Pakāpeniskā sociometrija
- Lomu atoms vai diagramma
- Lomu spēles un lomu treniņš
- Sociogramma (roka uz pleca, uztvere utt.)
- Salīdzinošā vērtēšana (ranžējums, vērtējums) un atsauksmes

Diskusija pāros: kā jūs varat izmantot šos rīkus novērtēšanai savā darbā?

Tiešsaistes iespēja:

Atsevišķās virtuālās telpas: 30 min

1. Kādas darbības metodes/vingrinājumus/darbības varētu veikt (šajā grupā), lai novērtētu mācīšanos?
2. Izvēlieties 1-2 un veiciet to savā mazajā grupā

Lielajā grupā:

1. Atgriezieties ar garo "metožu" sarakstu.
2. Dažas pārdomas/mācības no jūsu procesa mazajās grupās (vai/un šajā apmācību grupā)

PUSDIENU PĀRTRAUKUMS

D: ĒTIKAS JAUTĀJUMI

90 min

Lekcija par ētiku

- Jautājums nav par to, kas ir pareizi vai nepareizi! Tā nav tiesa!
- Rīcības metožu izmantošanas ētika bieži vien ir saistīta ar diskomfortu un izaicinājumu – skatieties, ko mēs esam darījuši!
- Jautājumu uzdošana, kas atklāj sliktas lietas un rada lielāku šķelšanos, varētu būt uz robežas.
- Konteksts un mērķis bieži nosaka robežas!
- Risku apzināšana ir vissvarīgākā! Grupas vadītāja/pieaugušo izglītotāja atbildību (nevis terapeita) nosaka loma! Neejiet tālāk, nekā spējat tikt galā!

Vingrinājums:

1. Aprakstiet gadījumu vai dalieties par to no savas prakses, kurā mācību grupā ir ētiskas problēmas.
2. Prezentiēiet gadījumu nelielā grupā, un īsi diskutējiet.
3. Izvēlieties vienu no mazās grupas un pastāstiet to lielajai grupai, lai to izpētītu, izmantojot darbības sociometrijas rīkus (vai dariet to mazajās grupās un nododiet rezultātus lielajai grupai).

Tiešsaistes iespēja:

Atsevišķās virtuālās telpas:

- Aprakstiet gadījumu no savas prakses, kurā mācību grupā ir ētiska problēma.
- Prezentējiet gadījumu nelielā grupā, un īsi diskutējiet.
- Mēģiniet noformulēt ētikas "principus", kas nonāk konfliktā

KAFIJAS PAUZE

E: NOBEIGUMA NOVĒRTĒJUMS

Vingrinājums: aiz muguras atgriezeniskā saite vai padeve uz priekšu

Citas iespējas:

- Līnija – cik es esmu domīgs/laimīgs/enerģisks/u.t.t. (Varat izmantot kritērijus, ko grupa izveidoja uzdevumā par vērtēšanu, pirms pusdienām)
- 3 krēsli – ar ko atnācu, ko iemācījos, ko ņemu līdzi?
- Ko es pats, veidojot grupu, iemācījos no vadītājiem?
- Ko jūs vēlaties šeit atstāt? Ņemt līdzi?
- Ko jūs gatavojaties stāstīt kolēģim par šo programmu?

Galīgais pašnovērtējums pret sākotnējo mērķi + taustāmu darbību noteikšana tālākai attīstībai

Dienas beigas, dalīšanās par sevi

MATERIĀLI

Novērtēšanu un izvērtēšanu

No Vebstera (Webster) vārdnīcas:

Refleksija

1. bieži neskaidra vai netieša kritika
2. meditācijas rezultātā radusies doma, ideja, viedoklis vai piezīme

Analīze

1. a) visa sarežģītā detalizēta izpēte, lai izprastu tā būtību vai noteiktu tā būtiskās iezīmes:
rūpīga izpēte
b) izziņa par šādu pārbaudi
2. veseluma sadalīšana tā sastāvdaļās
3. a) vielas sastāvdaļu identificēšana vai atdalīšana
b) paziņojums par maisījuma sastāvdaļām

"Evaluation" – novērtēšana

- novērtēšanas darbība vai rezultāts
- kaut kā vai kāda vērtības, dabas, rakstura vai kvalitātes noteikšana

"Assessment" – novērtēšana

1. darbība vai sprieduma pieņemšanas gadījums par kaut ko
2. novērtētā kopsumma/daudzums

Formative and summative evaluation/assessment

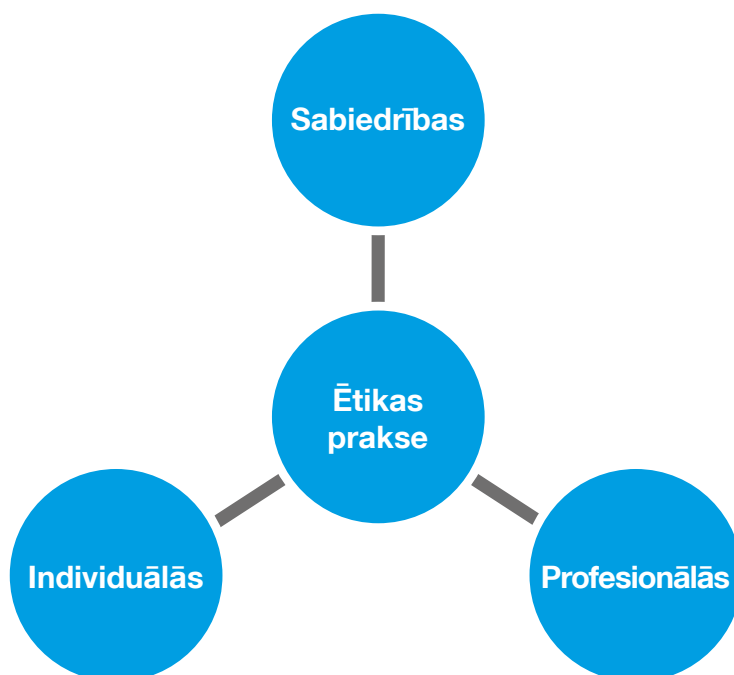
Formatīvā	Summējošā
Diskusija klasē	Instruktora veidots eksāmens
"Clicker questions"	Standartizēts tests
Grupās darbs ar zemām likmēm	Nobeiguma projekti
Iknedēļas viktorīnas	Nobeiguma esejas
1 minūtes refleksijas rakstīšanas uzdevumi	Nobeiguma prezentācijas
Mājasdarbi	Nobeiguma referāti
Aptaujas	Gala atzīmes

Darbības sociometrijas instrumenti novērtēšanai

- Spektrogrammas (grīdas pārbaude, pretstatu dimants utt.)
- Pakāpeniskā sociometrija
- Lomu atoms vai diagramma
- Lomu spēles un lomu apmācība
- Sociogramma (roka uz pleca, uztvere utt.)
- Salīdzinošā vērtēšana (ranžējums, vērtējums) un atsauksmes

Ētiskās bažas

Ētikas prakse izriet no trim galvenajiem avotiem organizatoriskajā vidē: sabiedrības ētika (vērtības un standarti, kas ietverti sabiedrības likumos, paražās, praksē, normās un vērtībās), profesionālā ētika (vērtības un standarti, ko izmanto vadītāju un darbinieku grupas, lai izlemtu, kā pareizi uzvesties) un praktizētāja individuālā ētika (Personīgās vērtības un standartus, kas izriet no ģimenes, vienaudžu, audzināšanas un iesaistīšanās nozīmīgās sociālajās institūcijās ietekmes).



Nepieciešamību noteikt ētiskās robežas darbības metožu izmantošanai galvenokārt pastiprina fakts, ka mijiedarbībā uzsvars tiek likts uz spontanitāti un radošumu. Otrkārt, mācību grupa ar savu publisko dalīšanos un sevis izpaušanu nopietni apdraud konfidencialitātes principu. Turklāt darbības formāts, kas ietver vairāk emocionālas izpausmes, vairāk fiziskas tuvības un vairāk tehnisku eksperimentu nekā citas verbālās mācīšanās pieejas, palielina vajadzību pēc aizsardzības gan dalībniekiem, gan praktiķiem. Šeit ir izvēlēti šādi principi padziļinātai izpētei, jo tie šķiet atbilstoši darbības metodēm.

1. Atbildība

Grupas vadītāji uzņemas atbildību par savu darbību un ne-darbību sekām.

2. Kompetence

Grupu vadītāji apzinās savas kompetences robežas un izmanto tikai tādas metodes, kurām viņi ir labi kvalificēti.

3. Labklājība

Grupas vadītāji rūpējas par cilvēku labklājību un pasargā viņus no kaitējumiem un ievainojumiem.

4. Konfidencialitāte

Grupas vadītāji ievēro no dalībniekiem iegūtās informācijas konfidencialitāti, izņemot gadījumus, kad to nedarīšana radītu briesmas personai, viņam pašam vai citiem.

5. Skaidras lomas

Grupu vadītāji neiesaistās neatbilstošās attiecībās ar dalībniekiem.

6. Vērtības

Grupas vadītāji neļauj personiskajām vērtībām sevi pārmērīgi ietekmēt, piemēram, tādām, kas attiecas uz vecumu, dzimumu, rasi, etnisko piederību, reliģiju, seksuālo orientāciju, invaliditāti vai sociometrisko statusu.

Konkrētas atbildības jomas var ietvert: (1) nepareizu attiecību pārvaldību (piemēram, seksuāla izmantošana); (2) konfidencialitātes pārkāpumus; (3) kaitējuma nepieļaušana pašiem izglītojamajiem (piemēram, brīdināšanas pienākuma neievērošana); un (4) nespēja praktizēt atbilstošu atbalstu. Trīs modeļu noteicošie faktori, vai lēmums ir ētisks: (1) utilitārie (2) morālo tiesību un (3) taisnīguma modeļi. Katrs modelis piedāvā atšķirīgu un papildinošu veidu, kā noteikt, vai lēmums vai uzvedība ir ētiska, un visi trīs modeļi ir jāizmanto, lai noteiktu konkrētas rīcības ētiku.

(1) Utilitārais modelis: ētisks lēmums ir lēmums, kas rada vislielāko labumu lielākajai daļai cilvēku.

(2) Morālo tiesību modelis: ētisks lēmums, kas vislabāk uztur un aizsargā tā skarto cilvēku pamattiesības un privilēģijas.

(3) Tiesiskuma modelis: ētisks lēmums, kas godīgi, taisnīgi vai objektīvi sadala ieguvumus un kaitējumu starp ieinteresētajām personām.

TIEŠSAISTES APMĀCĪBU VADLĪNIJAS

Daudzus vingrinājumus, ko var veikt klātienē sanāksmēs, var veikt arī tiešsaistē.

Vai nu pieceļoties un izmantojot grīdu, vai arī izmantojot tiešsaistes balto tāfeli, kas jums patīk.

Pastāv vairāki: Miro, Mural un Google un Flinga ir visizplatītākie, un Zoom ir arī diezgan modernizēta tāfele. Ja izmantojat grīdu, jūs kā vadītājs/skolotājs varat izmantot otru kameru, ar ko dalīties.

Atcerieties

- Plānojiet to pēc iespējas vienkāršāku.
- Rūpīgi sagatavojieties un trenējiet savas prasmes, izmantojot lietojumprogrammas, kuras plānojat izmantot. Dažreiz ir laba ideja izmēģināt tās kopā ar dažiem vienaudžiem.
- Dodiet laiku pārdomām mazās grupās atsevišķajās virtuālajās telpās
- Ja iespējams, pārliecinieties, ka ikvienam ir ieslēgta kamera. (Ir jābūt ļoti svarīgiem iemesliem, lai to izslēgtu.)
- Cilvēki bieži pārvērtē savas datorzināšanas.
- Dažas dienas iepriekš organizējiet tiešsaistes rīku treniņu un mudiniet cilvēkus pievienoties.
- Sniedziet dalībniekiem šādus norādījumus.
 - Pārbaudiet interneta savienojumu
 - Pāris dienas iepriekš pārbaudiet savu tehnisko aprīkojumu
 - Noteikti esiet istabā viens
 - Nodrošiniet sev pietiekami daudz vietas, lai vajadzības gadījumā varat piecelties

Šeit ir daži iespējamie ieteikumi, ko var nosūtīt tiešsaistes dalībniekiem:

Kā gūt maksimālu labumu no tiešsaistes dalības:

Savienojuma izveide:

- Lūdzu, pārliecinieties, ka esat lejupielādējis jaunāko tālrunī programmatūru savā datorā un vai jums ir pietiekamas attālināti izmantojamo programmu pamatprasmes, lai pievienotos semināriem.
- Lūdzu, izveidojiet savienojumu, izmantojot datoru vai planšetdatoru (nevis tālruni).
- Kad pievienojaties semināram, lūdzu, pārliecinieties, ka jūsu Zoom parādāmais vārds un e-pasta adrese atbilst jūsu rezervācijā norādītajam vārdam un e-pasta adresei, kas tika izmantota biļetes rezervēšanai. Tas nodrošinās jūsu iekļūšanu darbnīcās, jo iekļūšanu nodrošinās Zoom saimnieks.
- Iekļūstiet pietiekamam Wi-Fi ātrumam, lai efektīvi izmantotu Zoom platformu.
- Datorā izslēdziet paziņojumus un citus uznirstošos logus, kas semināru laikā var novērst jūsu vai citu uzmanību.
- Saglabājiet cieņu pret citiem cilvēkiem un nenovērsiet citu sesijas dalībnieku uzmanību ar nevajadzīgu troksni, kameras kustību u.t.t.
- Ļaunprātīga uzvedība netiks pieļauta. Personas, kas uzvedas ļaunprātīgi, tiks izraidīti no darbnīcām (t.i., tiks noņemtas no Zoom zvana).

Konfidencialitāte:

- Lūdzu, pārliecinieties, ka izmantojat privātu telpu, kurā nav traucēkļu vai uzmanību novērsošas darbības, kur varat saglabāt savu un dalībnieku konfidencialitāti.
- Trešās puses elektroniskā ierakstīšana ar jebkuru ierīci – audio vai vizuālo – ir stingri aizliegta. Vienīgie izņēmumi ir PowerPoint prezentācijas/lekcijas lielām grupām, kuras var ierakstīt konferences organizatori.
- Tāpat arī fotogrāfijas vai ekrānuzņēmumi nav atļauti jebkurā laikā, ja vien iepriekš nav saņemta ikviena darbnīcas dalībnieka atļauja un ir nodrošināta iespēja atteikties. Atkal, tas ir, lai saglabātu konfidencialitāti.
- Ja tiek nodrošināti izdales materiāli vai citi materiāli, šis materiāls nav paredzēts izplatīšanai bez semināra vadītāja rakstiskas atļaujas.
- Mēs darīsim visu iespējamo, lai nodrošinātu, ka semināri sākas un beidzas laikā. Kavētājus uzņems tikai pēc darbnīcas vadītāja ieskatiem. Lūdzu, ierodieties desmit minūtes agrāk, lai pārliecinātos, ka jūsu saite darbojas un nodrošina piekļuvi darbnīcas/sesijas uzgaidāmajai telpai.

PĒTĪJUMI

Rezultāti: pasniedzēju un apmācāmo pieredze

Ar projektu saistītais pētījums sniedz pārskatu par apmācību dalībnieku un pasniedzēju pieredzi. Pieredze tika apkopota, izmantojot rakstiskas izglītojamo refleksijas un intervijas ar pasniedzējiem, un analizēta, izmantojot kvalitatīvās satura analīzes metodi.

Izglītojamo pieredze

Savos pārdomu ierakstos dalībnieki reflektēja par apmācību pieredzi apmācībā, jaunu zināšanu un metožu apguvi, kā arī savas iepriekšējās pieredzes pārdomas. Viņi raksturoja darbības metožu pilotapmācību kā holistisku apmācību, kas ietver visas maņas, emocijas un ķermeni. Dalībnieki norādīja, ka apmācības ietekmējušas viņus dziļāk pārdomāt sevi un savu ikdienas darba praksi.

“Tas noteikti lika man izkāpt no savas komforta zonas dažos brīžos. Man šķiet, ka tas ir mācīšanās veids, kas rit lēnām – sākumā sāku domāt, vai vispār esmu īstajā vietā, bet tad tam visam pamazām parādījās jēga. Es teiktu, ka tas ir bijis intīmāks mācību veids nekā parasti, dziļākā kontaktā ar sevi.”

Darbības metožu apmācības dalībniekiem radīja daudzveidīgas emocijas. Savās pārdomās izglītojamie aprakstīja apmācību laikā piedzīvotās emocijas. Aprakstītās emocijas bija dažādas: apjukums un diskomforts, kā arī gandarījums, pateicība un iedvesma vienlaikus. Dalībnieki arī pamanīja, ka jūtas dienas laikā mainījās vairākas reizes.

„Pēc pirmās dienas es biju apmulsis, pilns ar jautājumiem un patiešām noguris. Otrās dienas beigās jutos enerģisks, ideju pilns par to, ko izmantot savās turpmākajās nodarbībās, un ar vēlmi pildīt mājasdarbus.”

No dalībnieku pārdomām bija redzams, ka dalībniekiem bija vieglāk iesaistīties apmācībās uz vietas. Tajā pašā laikā dalībnieki novērtēja tiešsaistes apmācību pieredzi. Tika uzsvērts, ka tiešsaistes moduļi sniedza dalībniekiem labas idejas, kā labāk vadīt savu tiešsaistes apmācību. Viņi nosauca būtiskos aspektus, kas jāņem vērā tiešsaistes apmācībās (laika plānošana, diskusijas nelielās grupās), guva noderīgas idejas dažādu vingrinājumu izmantošanai tiešsaistē, kā arī samazināja lekcijām pavadīto laiku savās tiešsaistes apmācībās.

Dalībnieki savās pārdomās uzsvēra, ka viņiem ir ļoti svarīgi apmācību laikā izprast savu iepriekšējo pieredzi un pārinterpretēt to. Studenti norādīja, ka ir piedzīvojuši līdzīgus vingrinājumus iepriekšējās apmācībās, taču šo apmācību laikā labāk izpratuši sociometrijas vingrinājumu izmantošanas mērķi un priekšvēsturi. Dalībnieces ar psihodrāmas pieredzi norādīja, ka iepriekš vairākus vingrinājumus uztvērušas kā terapijai piederīgus vingrinājumus, bet tagad sapratuši šo vingrinājumu izmantošanas iespējas arī pieaugušo apmācībā.

“Protams, man vienmēr ir bijuši prātā mācību mērķi, taču šo divu dienu laikā es sāku daudz vairāk domāt par to, kā es varētu saprātīgāk pielietot vienas un tās pašas metodes, lai atbalstītu kopīgu mācīšanos grupā.”

Apmācību dalībnieku pārdomas liecināja, ka teorijas ievads apmācību laikā tika novērtēts galvenokārt no tā aspekta, ka teorija palīdzēja labāk izprast darbības metožu nozīmi un to izmantošanas mērķus. Apmācības dalībniekiem mācīšanās teorija bija svarīga.

“Es sāku rakstīt savā piezīmju grāmatiņā jaunās zināšanas un vingrinājumus, ko vēlējos izmantot, un savas emocijas un domas par tēmu turpmākai teorijas vai prakses izmantošanai.”

Pieaugušo mācīšanās teorija bija svarīga gan dalībniekiem ar psihodrāmas pieredzi, gan pieaugušo izglītotājiem. Padziļināti tika izvērstas saiknes starp pieaugušo izglītības teoriju un psihodrāmas pamatā esošajiem principiem. Arī psihodrāmas pamatā esošā teorija tika konceptualizēta kā pieeja mācībām.

Dalībnieku pārdomas atklāja, ka viņiem ir svarīga jaunu darbības metožu pieredze un apguve. Pārdomās tika atzīmēta gan sociometrisko, gan refleksijas vingrinājumu nepieciešamība. Kā noderīgas darbības metodes tika minētas sociometriskās līnijas, spektrogramma, satikšanās pa pāriem, iekāpšana, redzu, dzirdu..., vēstures karte, vienas minūtes raksts, fokusa punkts, eņģeļi un velni, spogulis, jā-nē-varbūt. [MK1]

Dalībnieki godīgi apgalvoja, ka ne vienmēr izprot metodi, piedzīvojot to tikai vienu reizi pilotapmācību laikā, un norādīja, ka viņiem būtu bijis nepieciešams rūpīgāks skaidrojums, kā darbības metodi pārnest uz ikdienas praksi (citā mācību kontekstā vai no terapijas līdz apmācībai). Dalībnieki uzskatīja par vērtīgu, ja viena darbības metode tika izmantota vairākas reizes – tas ļāva labāk izprast metodes būtību. Dalībnieki novērtēja, kad tika radītas prakses iespējas – kad viņiem pašiem bija iespēja praktizēt metodi kā trenerim kopā ar kursa biedriem.

Dalībnieki būtu vēlējušies skaidrāk izcelt riskus, kas saistīti ar darbības metožu izmantošanu izglītības iestādē – lai turpmāk kā pedagogs paši apzinātos, kas jāņem vērā, lietojot darbības metodes praksē. Pilottreiņu dalībnieki aprakstīja, ka, balstoties uz pilottreiņos apgūto, ir veikuši izmaiņas savos treniņos, piemēram, lielāka uzmanība pievērsta grupas veidošanai un daudzveidīgu attiecību veidošanai grupā (ilgāka iesildīšanās), viņi izmantoja apmācībās apgūtās darbības metodes (sociometrija, refleksijas vingrinājumi). Viņi arī aprakstīja, ka iedvesma gūta no tiešsaistes apmācībām, kā labāk izmantot tiešsaistes vidi savās apmācībās (tika īstenotas diskusijas mazās grupās un Miro/Flinga iespējas).

“Ar grupām nestrādāju kopš pēdējā moduļa. Bet es personīgi esmu domājis par to, kā strādāt ar pretestību tiešāk, nekā esmu pieradis.”

“Es izmantoju vēstures līniju, lai kopīgi ar Flingu plānotu projekta plānu un laika grafiku. Vingrinājums darbojās labi un palīdzēja mums noteikt apakšprojektu un dažādu projekta daļu termiņus.”

Tika pieredzēts, ka vingrinājumu veikšana aizņem vairāk laika, nekā sākotnēji plānots.

“Man par pārsteigumu tas prasīja daudz laika, bet par laimi es varēju būt elastīgs laika ziņā, tāpēc man nebija laika spiediena, un tas izdevās labi.”

Runājot par metožu izmantošanu, tika uzsvērts, ka viņi piedzīvoja izmantoto darbības metožu lietderību attiecību veidošanā grupās un izglītojamo lielākas iesaistīšanas ziņā.

“Bet svarīgākā maiņa ir notikusi, atpazīstot un apzinoties attiecību nozīmi, manuprāt. Un cik daudz vairāk uzmanības mums/man ir jāvelta auglīgu attiecību veidošanai mācībām.”

Treneru pieredze

Pasniedzēji atspoguļoja savu pieredzi, atbildot uz mutiskām daļēji strukturētām intervijām par savām izjūtām pēc apmācībām, novērojumiem par mācīšanos grupā un izmantoto metožu efektivitāti un darbību. Turklāt viņi aprakstīja izmaiņas, ko viņi veica notiekošo apmācību laikā, un izmaiņas, ko viņi veiks, veicot līdzīgas apmācības nākotnē. Atbildes ir sadalītas piecās galvenajās kategorijās: mācību process, grupu procesi, metožu pielietojums, apmācības specifika un trenera pārvarēšanas veidi. Izveidotais treniņu modelis kopumā bija veiksmīgs. Tālāk mēs sniedzam ieteikumus, pamatojoties uz iepriekš nosaukto kategoriju analīzi.

Mācību process: saikne ar teoriju un praksi

Saskaņā ar pasniedzēju priekšstatiem praktiskie vingrinājumi palīdz dalībniekiem izprast teorijas un integrēt psihodrāmas teorijas ar pieaugušo izglītības teorijām. Tāpēc ieteicams atvēlēt laiku aktīvo metožu pieredzei un pārdomām par tām, balstoties uz teorijām. Lai saprastu teoriju, ir jāpiedzīvo praktiskais vingrinājums un otrādi.

“Grupai īpaši patika dažādu psihodrāmas teoriju saistība ar citām jomām un kā tās varētu saistīt kopā. Es domāju, ka tas ir labākais veids, kā izprast mācīšanos kopumā.”

Grupas procesi: aktīvi grupas dalībnieki un sadarbība

Kā audzinātājam vai trenerim ir labi būt gatavam piedzīvot pretestību un konfliktus grupā. Mācīšanās ar nepazīstamiem cilvēkiem apgrūtina izglītojamā pielāgošanos, jo sensitīvu tēmu apmaiņa prasa uzticību. Arī iepriekšējā negatīvā mācīšanās pieredze un sarežģīti vai mulsinoši uzdevumi uzstādījumi izraisa audzēkņu pretestību. Tas rada ētiskus jautājumus, par kuriem trenerim ir jādomā pirms apmācības. Mācīšanās tīmeklī rada neapmierinātību, jo trūkst tehnisko prasmju un prasa pacietību, gaidīt pēc citiem dalībniekiem vai pašiem pasniedzējiem.

“Sarežģītākā pētījuma daļa bija tehniskās zināšanas un problēmas. Tas jo īpaši attiecas uz gadījumiem, kad mēs izmantojam vingrinājumam nepieciešamos rīkus.”

“Cilvēki bija neapmierināti, jo viņi visi nesaprata savas daļas un visa mācīšanās ievilkās.”

Metožu pielietojums: radošums, elastība, pielāgošanās spēja un uz darbību orientēta mācīšanās

Pēc treneru domām, aktīvās metodes darbojās ļoti labi. Kā darba metodes tika noteiktas pirmās dienas noslēdzošais vingrinājums, grupu diskusija par grupas attīstības fāzēm un tās praktisko ieviešanu lomu spēlēs, sociometrisko metožu testēšanā no izglītojamo puses, arhetipu sakarībās, kas balstītas uz praktiskiem piemēriem.

“Viena [metode, kas darbojās] bija, ja viņi paši varētu izmēģināt šīs sociometriskās lietas. Nosauciet grupu pats, dariet to pats... domājiet pats.”

“Ir ļoti interesanti atklāt, kā kopā ar grupu veidojam treniņu modeli. Es domāju, ka tas man ir vissvarīgākais punkts.”

Treneri paši veidoja jaunus vingrinājumus: pabeigt tēmu par grupas attīstības fāzēm (lomu apmaiņa ar skolotāju), apgūt vārdus, reaģējot uz izglītojamo vajadzībām apgūt vārdus, izskaidrot teoriju. Rezumējot, metode jāizvēlas tā, lai apmācāmais atpazītu metožu un pētījuma satura saskaņotību.

Mācību specifika un trenera tikšanas galā veidi

Kopmācīšana (co-teaching)

Pasniedzēji kopmācību piedzīvoja kā dabisku procesu – tika atrasti dažādi mācīšanas stili/veidi, kas papildina mācīšanu un piedāvāja iespējas mācīties vienam no otra. Procesa sākumā starp treneriem tika noslēgtas sākotnējās vienošanās, taču patiesībā sadarbība attīstījās spontāni.

Izmaiņas vingrinājumos vai programmā tika pieņemtas, pamatojoties uz savstarpējām diskusijām, atkarībā no konkrētās grupas un grupas vajadzībām.

“Tas, ka mēs sākumā domājām par dažām lietām, kā... tad man radās ideja, tad viņš sāka ar ideju. Mēs zināmā mērā dalījāmies, ka, hei, jūs veicat šo daļu, es izdarīšu to.”

Viena no kopmācības priekšrocībām bija arī tas, ka kopīgi tika risināti arī izaicinājumi, piemēram, saistībā ar attiecībām grupā, mācīšanās šķēršļiem un tehniskām kļūdām.

Vide

Klātienē un tiešsaistes mācīšanās kontekstā ir jāapsver šādi jautājumi:

- Kā uzturēt audzēkņus aktīvus tiešsaistē?
- Kā saglabāt grupas sajūtu, kas iegūta klātienē sesijās, dzīvu tiešsaistē?
- Kāds ir optimālais tiešsaistes apmācības ilgums un kāda ir tiešsaistes mācību pārtraukumu attiecība? Teorijas proporcija?
- Kā saglabāt cilvēku privāto sfēru gan tiešsaistē, gan klātienē.
- Tehniskas problēmas un diskomforts, kas rodas, mācoties tiešsaistē, nākamajā klātienē apmācības modulī var izraisīt audzēkņos personiskas izjūtas.

Veidi, kā tikt galā

Trenera pārvarēšanas veidus atbalsta pielāgošanās, sajūta un refleksija. Apmācības procesā treneriem ir svarīgi pastāvīgi pielāgoties grupas īpatnībām (piemēram, dalībniekiem ar dažādu izcelsmi un pieredzi) un vajadzībām (piemēram, vēlmei skaidri iemācīties vārdus, tempam). Adaptāciju pavadīja zināma vilcināšanās (attiecībā uz grupas priekšzināšanām, instrumentu lietošanu), stress un nepieciešamība būt elastīgam pētījuma veikšanā, arī mainīt sevi.

Tāpat kā izglītojamie, arī pasniedzēji norādīja uz dažādām apmācību laikā piedzīvotajām emocijām. Pasniedzējus pārsteidza dažādi apstākļi: daudz diskusiju un jautājumu par pieredzes apguvi, zemāka grupas informētība un nepieciešamība mācīties, grupas dalībnieku zemāka, nekā gaidīts, spēja darboties grupā, grupas dalībnieku sāpinātas jūtas. Gandarījumu un prieku sagādāja pirmā moduļa panākumi, grupu un mācību procesu funkcionēšana, ticība apmācības lietderībai, studentu interese par tēmu un vingrinājumu izdošanās.

Tika izcelts grupu labais refleksijas līmenis un vēlme aktīvi piedalīties vingrinājumos. Nepietiekamas teorētiskās zināšanas pieaugušo izglītībā un izpratnes trūkums par izglītojamo priekšzināšanām par psihodrāmu un sociometriju var izraisīt pasniedzējā nedrošību.

Trenera personīgā mācīšanās

Treneri novērtēja personīgo mācīšanos apmācību procesā un gandarījumu par panākumiem. Tika izcelts arī līdztreneru ieguldījums mācību procesā un mācīšanās no tā. Prieks, kad izglītojamie zināja izmantotās metodes, bet apmācību laikā saņēma jaunas tehnikas un idejas to pielietošanai. Pasniedzēji novērtēja audzēkņu atsauksmes un jaunus uzskatus par izmantotajām metodēm.