

I skyrius: Fasilitavimo principai ir metodai

Sveiki atvykę į 1 skyrių

Šiame skyriuje išsamiau aptarsime pagrindinius fasilitavimo principus. Taip pat rasite tris puikius trumpus vaizdo įrašų pavyzdžius, kuriuos galėsite naudoti aiškindami konfidencialumo, empatijos ir kalbos performulavimo (language reframing) principus. Kiekvienas jų yra praktiškas, lengvai integruojamas į mokymą ir suteikia aiškių mokymo akimirkų.

Šis modulis skirtas suaugusiųjų švietėjams ir bendruomenėse dirbantiems specialistams, siekiantiems kurti įtraukią ir palaikančią mokymosi aplinką.

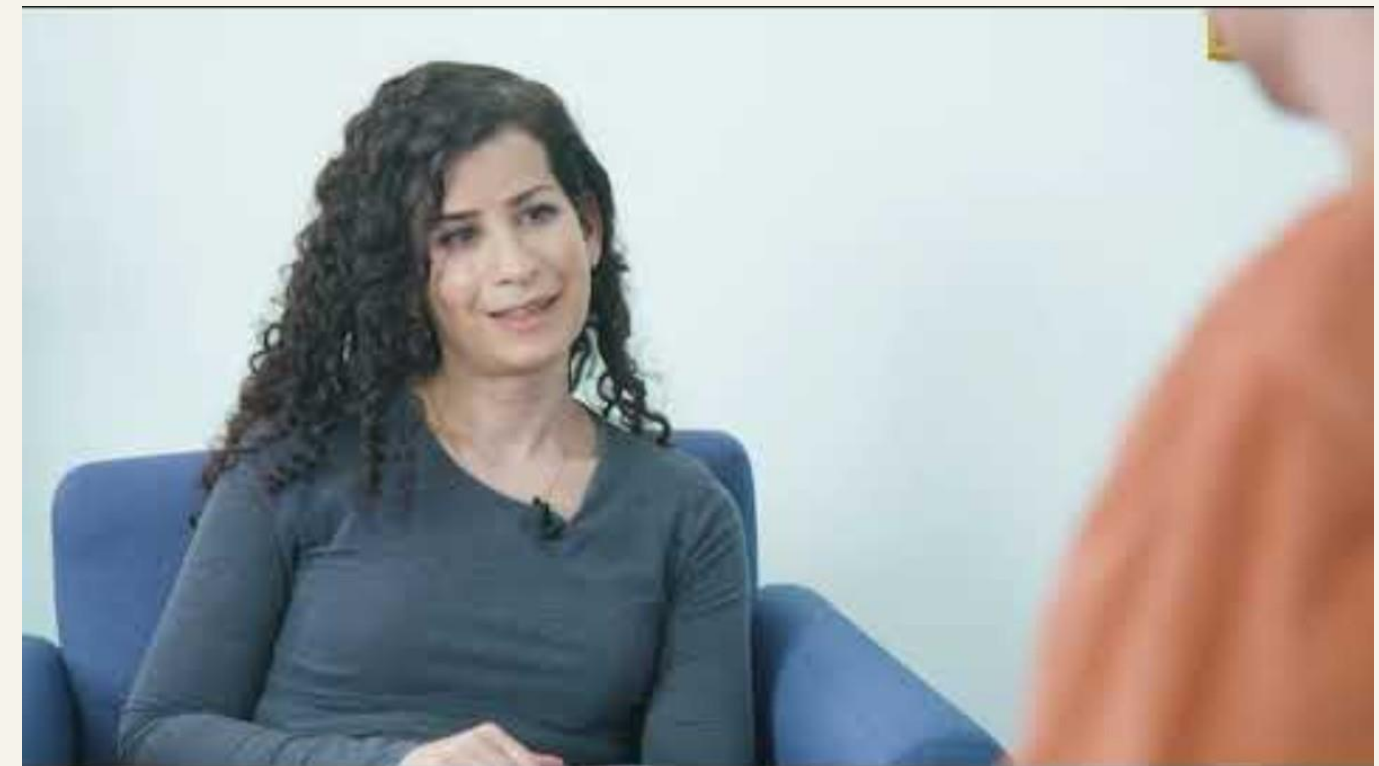
Konfidencialumas

Įvadas ir konfidencialumo ribos

Instrukcija. Peržiūrėkite siūlomą vaizdo įrašą ir atsakykite į toliau pateiktus refleksijos klausimus.

Refleksijos klausimai:

- Kokios pagrindinės konfidencialumo ribos išskiriamos vaizdo įrašė? (Kas turi likti konfidencialu, o kokia informacija turi būti atskleista?)
- Kaip šios ribos gali skirtis arba būti sudėtingesnės dirbant su migrantų ar pabėgėlių grupėmis?
- Pasirinkite vieną savo darbo situaciją. Ką joje dalyviams (ar klientams) paaiškintumėte apie konfidencialumą?



Nuoroda į vaizdo įrašą:
<https://youtu.be/Zj4mN1hOgFA>

Konfidencialumas

Praktinė užduotis:

Parašykite trumpą „**pareiškimą dėl konfidencialumo**“ (1–2 sakinius), kurį pasakytumėte diskusijos apie psichikos sveikatą su migrantais ar pabėgėliais pradžioje.

Dirbdami poromis (arba nuotoliniu būdu), atlikite vaidmenų žaidimą. Jūs esate fasilitatorius ir pasakote „**pareiškimą dėl konfidencialumo**“, o kitas dalyvis užduoda klausimą, kas nutiktų, jei kas nors pasidalytų labai rimta informacija. Pasipraktikuokite, kaip į tokį klausimą atsakyti aiškiai ir pagarbiai.

Po vaidmenų žaidimo atsakykite į šiuos klausimus:

- Ar aiškiai nustatėte konfidencialumo ribas?
- Ar į dalyvio klausimą atsakėte taip, kad jis jaustųsi saugus ir būtų tinkamai informuotas?
- Ką norėtumėte patobulinti?

Empatija

Bendraukite empatiškai

Instrukcija. Peržiūrėkite siūlomą vaizdo įrašą ir atsakykite į toliau pateiktus refleksijos klausimus.

Refleksijos klausimai:

- Kokie vaizdo įrašė parodyti elgesio būdai ar pasakytos frazės padėjo kurti empatišką bendravimą? (pvz., jausmų pripažinimas, pauzės, švelniai užduodami klausimai)
- Prisiminkite situaciją, kai vedėte užsiėmimą jautria tema ir pastebėjote, kad dalyvis patiria diskomfortą. Kokias empatiškas reakcijas galėjote parodyti?
- Kas gali trukdyti empatiškai bendrauti grupėje, kurios dalyviai yra skirtingų kultūrų? (pvz., kalbos barjerai, stigma, skirtingos normos)



Nuoroda į vaizdo įrašą:

https://youtu.be/8tyFJTzYtY?si=05LQqMRbD8knCi_8

Empatija

Praktinė užduotis

Pasirinkite teiginį, kuris galėtų iškilti grupės diskusijoje (pvz., „**Man gėda kalbėti apie tai, kaip karas paveikė mano gyvenimą.**“). Parašykite, kaip į jį empatiškai sureaguotumėte (pvz., „**Ačiū, kad tuo pasidalijote. Įsivaizduoju, kiek drąsos reikėjo tai pasakyti...**“).

Dirbdami mažose grupėse arba naudodamiesi virtualiais kambariais, pakaitomis atlikite **dalyvio** ir **fasilitatoriaus** vaidmenis. Fasilitatorius pateikia empatišką reakciją, o dalyvis įvertina, kaip ji buvo priimta: **Ar pasijutote išgirstas? Kokia formuluotė ar balso tonas atrodė nuoširdūs?**

Po užduoties atsakykite į šiuos klausimus:

- Ką kitą kartą pabandykite daryti, kad parodytumėte daugiau empatijos?
- Su koku iššūkiu kitą kartą norėtumėte sąmoningai dirbti? (pvz., išlikti čia ir dabar, neskubėti ieškoti sprendimų, klausytis nevertinant)

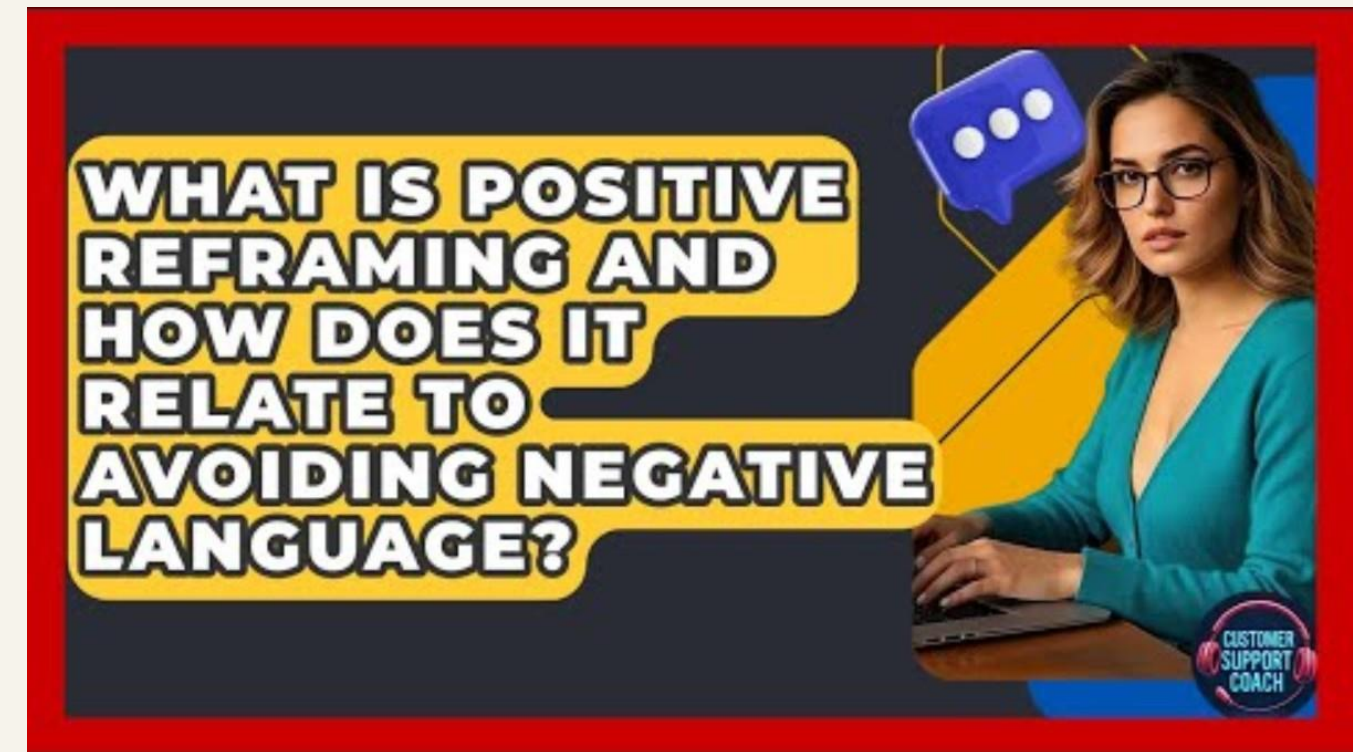
Kalbos performulavimas

Kas yra pozityvus performulavimas?

Instrukcija. Peržiūrėkite siūlomą vaizdo įrašą ir atsakykite į toliau pateiktus refleksijos klausimus.

Refleksijos klausimai:

- Kokie vaizdo įraše pateikti **pozityvaus kalbos performulavimo** pavyzdžiai jums labiausiai įsiminė?
- Kaip fasilitatoriaus pasirinktas kalbėjimo būdas veikia dalyvių saugumo jausmą ir jų norą dalytis savo patirtimi?
- Diskutuoiant apie migrantų ir pabėgėlių psichikos sveikatą, kokias dažnai vartojamas frazes būtų verta reformuluoti? (pvz., „Jūs neturėtumėte liūdėti.“ ir „Suprantama, kad jaučiatės liūdnas (-a).“)



Nuoroda į vaizdo įrašą:
<https://youtu.be/aD0yN7SoYaU?si=mPGAhnnoApPskzZ>

Kalbos performulavimas

Praktinė užduotis

Pasirinkite tris dažnai fasilitatorių vartojamus teiginius ir performuluokite juos taip, kad jie būtų labiau palaikantys. Pavyzdžiui:

Originalus teiginys: „*Neturėtume per daug kalbėti apie traumą.*“

Performuluotas teiginys: „Galime kalbėti apie tai, apie ką šiuo metu jaučiatės pasirengę kalbėti, o Jūs patys nuspręsite, koku tempu tai vyks.“

Dirbdami poromis, pasidalykite originaliais ir performuluotais teiginiais bei aptarkite, kuri formulotė labiau skatina atvirumą ir kodėl.

Pasirinkite vieną fasilitavimo užsiėmimą, kurį netrukus vesite, ir parašykite 2–3 performuluotus teiginius, kuriuos galėtumėte panaudoti svarbiais momentais (pvz., kai dalyvis atsiriboja, kai vienas dalyvis dominuoja diskusijoje arba kai kas nors pasidalija jautria asmenine patirtimi).

Po užsiėmimo atsakykite į šiuos klausimus:

- Ar performuluota kalba padėjo pasiekti norimą rezultatą?
- Ką kitą kartą galėtumėte patobulinti?