



VI. DARBAS KOMANDOJE

Psichikos ligomis sergantiems žmonėms gali būti labai sunku dirbti komandoje, nes jie dažniausiai stokoja socialinių įgūdžių. Dirbant su kitais žmonėmis ir siekiant bendro tikslo reikia kantrybės, empatijos ir pasitikėjimo. Tačiau darbas komandoje turi daugiau privalumų, negu paties užduoties atlikimas. Tai – puiki galimybė mokytis iš kitų ir netgi iš savęs. Chic & Craft mentoriai turi būti įpratę dirbti komandoje ir mokėti formuoti komandą, sukurdami šiltą darbo aplinką.

VI.1. MATYK PLATESNĮ VAIZDĄ

Stiprinami gebėjimai: komandinis darbas.

Pagalbinės priemonės: į nedidelius gabalėlius sukarpytas gerai žinomas paveikslas ar jūsų pasirinktas komiškas piešinėlis (dėlionės dalys) ir kitas toks pats nesukarpytas paveikslas ar piešinėlis, popieriaus lapai, žirkklės, paprasti ir spalvoti pieštukai.

Aprašymas: kiekvienam dalyviui duokite po vieną dėlionės dalį ir paprašykite, kad ant savo lapo popieriaus jie nupieštų tikslią šios detalės kopiją, kuri turi būti penkis kartus didesnė negu originali detalė. Problema, su kuria susiduria dalyviai, yra ta, kad jie nežino kodėl ir kaip jų darbas paveiks bendrą vaizdą. Kai visi komandos nariai baigs piešti padidintas savo detalių kopijas, parodykite originalų nesukarpytą paveikslą ar piešinį ir paprašykite, kad jie sudėtų savo detales į milžinišką paveikslą.

Patarimai: pabaigoje pasikalbėkite apie gerąją darbo komandoje praktiką ir apie paskirstytas individualias užduotis, kaip kiekvienas žmogus, atlikdamas savo darbą, prisideda prie bendro komandos rezultato.





VI.2. ATIDUS SKAIČIAVIMAS

Stiprinami gebėjimai: darbas komandoje, klausymas, koncentracija.

Aprašymas: dalyviai paeiliui turi skaičiuoti nuo 1 iki 10 ir atgal iki 1. Bet kas gali pasakyti bet kokį skaičių, bet jeigu kokį nors skaičių pasako daugiau, negu vienas žmogus, jie turi pradėti iš naujo.

Patarimas: šį žaidimą galima naudoti apšilimui, kad dalyviai susitelktų, arba pabaigoje, kad dalyviai nusiramintų.





VI.3. TOBULAS MŪSŲ KOMANDOS NARYS

Stiprinami gebėjimai: pastebėti komandos bruožus, gerinti darbą komandoje.

Pagalbinės priemonės: rašomoji lenta, spalvoti žymekliai, popieriaus lapai, rašymo priemonės.

Aprašymas: padalinkite Chic & Craft komandos narius į dvi grupes ir paprašykite, kad savo komandoje kiekvienas papasakotų apie savo stipriąsias puses ir teigiamus bruožus, kurie, jų manymu, prisidės prie jų grupės sėkmės. Šias stipriąsias puses ir teigiamas savybes jie turi surašyti ant popieriaus lapo. Pasibaigus grupės diskusijai, kiekviena komanda gaus po didelį lapą popieriaus, rašomojo popieriaus, žymeklių ir rašiklį. Paprašykite, kad jie sukurtų "tobulo komandos nario" portretą, sudėdami į įsivaizduojamą žmogų kiekvieno komandos nario stipriąsias puses ir teigiamas savybes. Šiam žmogui taip pat reikia sugalvoti vardą, nupiešti jo portretą ir surašyti įvairias jo savybes. Taip pat grupė turi parašyti istoriją apie šį žmogų, pabrėždami, ką šis įsivaizduojamas žmogus, turėdamas tokias nuostabias savybes, gali padaryti. Galiausiai, kiekviena grupė turi parodyti savo sugalvotą žmogų ir apie jį papasakoti kitoms grupėms. Jei yra tik viena grupė, galima jį parodyti ir apie jį papasakoti vedančiajam. Pabaigoje įtraukite dalyvius į diskusiją, paklausę, ar jie dabar jaučiasi geriau pasiruošę darbui komandoje.

Pasiūlymai: labai rekomenduojame atlikti šį pratimą, nes jis paliečia labiausiai kūrybingą dalyvių pusę. Tai yra priemonė, leidžianti jiems pagalvoti apie vertybes, kurias jie vertina kituose žmonėse, ir suvokti, kad jie turi sunkiai dirbti, kad įgautų šias savybes. Tai jus nustebins!





VI.4. MEDŽIOKLĖ

Stiprinami gebėjimai: darbas komandoje, problemų sprendimas, kūrybiškumas.

Pagalbinės priemonės: atspausdintas daiktų, kuriuos reikia surasti, sąrašas.

Aprašymas: padalinkite komandą į vienodo dydžio grupes, paduokite jiems daiktų sąrašą ir paprašykite, kad jie tuos daiktus surastų ir atneštų. Patys nuspręskite, ar jie turi ieškoti pastate, ar lauke. Jeigu yra daugiau nei viena komanda, dalyvių tikslas yra sugrįžti pirmiems ir atsinešti daugiausia sąrašė esančių daiktų. Galite reglamentuoti laiką, per kurį visos grupės turi grįžti, nepriklausomai nuo to, ar jos rado visus daiktus, ar ne. Galite pasirinkti medžioklės temą ir pateikti komandoms užuominas, kurios leistų joms panaudoti savo kūrybinį potencialą ir dirbti kartu.

Daiktai, kuriuos reikia surasti gali būti šie: saga, kvitas, kažkas, kas yra senesnis už jus, namų darbo daiktas, vizitinė kortelė, dobiliukas, kt.

Patarimas: vietoj daiktų ieškojimo, galite paprašyti, kad visi komandos nariai kartu atliktų keletą užduočių.





VI.5. PASIKLIAUK MANIMI

Stiprinami gebėjimai: pasitikėjimas, komandinis darbas.

Aprašymas: paprašykite, kad dalyviai sustotų poromis veidu vienas į kitą. Alkūnės turi būti sulenktos, o delnai turi būti atsukti vienas į kitą. Pasakykite, kad jie turi suglausti delnus ir po truputį svirti vienas link kito, kol galiausiai pajus, kad laiko vienas kitą. Tada paprašykite, kad stumtų kojas tolyn ir tolyn, kol jie galės išstovėti tik palaikomi savo partnerio. Kai užduotis bus atlikta, paprašykite, kad grupė aptartų, kas ir kodėl buvo sunku – ar baisu pasitikėti kitu žmogumi, stengiantis išsilaikyti ir nenugriūti.

Patarimai: pradžioje daugeliui yra sunku perkelti savo svorį ant kito žmogaus. Todėl rekomenduojama pasitikėjimą ugdyti pamažu, kartojant šį pratimą kelių užsiėmimų metu.





Jei fizinė dalyvių būklė apsunkina šio užsiėmimo įgyvendinimą, galite išbandyti tokius variantus:

- 1) Dalyviai turi stovėti vienas prieš kitą poromis. Tada jie turi lėtai pažvelgti vienas kitam į akis, eidami vienas į kitą. Dalyvis turėtų eiti tol į priekį, kol pasijus nepatogiai.
- 2) Dalyviai turi stovėti vienas prieš kitą poromis. Jų alkūnės turėtų būti sulenktos, o jų delnai turi būti nukreipti vienas priešais kitą. Tada, žiūrėdamas į partnerio akis ir nekalbėdamas pradeda judinti rankas. Vėliau papasakoti, kas ėmėsi iniciatyvos? Kas tik sekė? Ar abu jautėsi patogiai? Ar lyderiavimas pasikeitė?





VI.6. NELEISK NUKRISTI!

Stiprinami gebėjimai: darbas komandoje, strateginis mąstymas.

Aprašymas: grupė turi išlaikyti kamuolį arba balioną ore, atmušdama jį nurodytą kartų skaičių, ir neleisti jam paliesti žemę. Be to, nei vienas dalyvis negali jo paliesti du kartus iš eilės. Pasakykite, kiek kartų grupė gali atmušti kamuolį ar balioną. Kai grupė pasieks tikslą, ji gali padidinti atmušimų skaičių ar siekti "pasaulio rekordo", t. y. pažiūrėti, koks gali būti didžiausias atmušimų skaičius.

Patarimai: Ši smagi užduotis yra daug sunkesnė, nei atrodo! Jeigu grupei sekasi sunkiai, suteikite galimybę aptarti strategiją ir sukurti naujo bandymo planą.

Turėkite visada omenyje žmonių, su kuriais dirbsite, sveikatos būklę, šis pratimas gali būti labai sunkus ir dalyviai gali greitai pavargti.





VI.7. DRAUGYSTĖ DARBE

Stiprinami gebėjimai: lyderystė, komandinis darbas ir bendravimas.

Aprašymas: dalyviai yra prašomi pagalvoti apie draugystės darbe naudą ir sunkumus. Galite užduoti tokius klausimus: *"Kam atrodo, kad draugystė darbe yra svarbus dalykas? Kodėl?" "Kas galvoja, kad dėl draugystės darbe gali kilti problemų, kodėl?"* ir užduoti bendro pobūdžio klausimus apie draugystę, pavyzdžiui, *"Kas mano, kad draugystė reikalauja pastangų? Kokia yra viso to nauda?" "Kas mano, kad draugystė neturėtų reikalauti pastangų? Kodėl?"*, *"Kokie yra geros draugystės požymiai? Kokie yra blogos draugystės požymiai?"* Aptarkite tai mokymų kontekste.

Ši diskusija atskleis galimas mentorių baimes ar abejones dirbant su draugais ir parodys, ką reikia padaryti, kad darbo aplinka visiems būtų palanki. Ji leis suformuoti efektyvaus komandos darbo pagrindą, leis susipažinti su lyderystės stiliais, skatins susipažinti su bendravimo stiliais ir suprasti asmens ribas.





VI.8. TAI, KAS BENDRA

Stiprinami gebėjimai: komandinis darbas, empatija.

Aprašymas: paprašykite, kad grupės nariai surastų mažiausiai 10 jiems bendrų dalykų. Tai negali būti drabužiai, liga ar anatomija. Jie turi geriau pažinti žmones, su kuriais jie dirba: kokie yra jų tikslai, kas jiems patinka, nepatinka, kt.

Patarimai: Tai – labai paprasta užduotis, bet ji yra labai naudinga kuriant stiprius ryšius tarp Chic & Craft mentorių.

Įgyvendinkite šį pratimą mokymo kursų pabaigoje, kai grupės nariai jau labai gerai pažinos vienas kitą.

