



V. MOTYVAVIMAS

Motyvavimas – tai žmonių skatinimas siekti savo tikslų, paaiškinant priežastis, kodėl jie tai turėtų daryti. Dažnai psichine liga sergantiems žmonėms yra sunku ilgai užsiimti ta pačia veikla. Todėl labai svarbu, kad grupėje būtų labai motyvuotas žmogus, kuris įkvėptų kitus dalyvius tęsti mokymąsi Chic & Craft programoje. Pateikiame keletą patarimų, kaip didinti dalyvių motyvaciją.

V.1. KODĖL AŠ SIUVU

Stiprinami gebėjimai: bendravimas, motyvacija, galimybė išreikšti save.

Aprašymas: surenkite diskusiją apie tai, kokie svarbūs yra įgūdžiais, kuriuos dalyviai įgis mokymų metu. Kodėl pirmiausia reikia išmokti siūti? Kuo yra naudinga to "mokyti iš naujo" ir perduoti savo žinias kitiems? Kodėl anksčiau žmonės norėjo tai mokėti ir kas dabar pasikeitė? Galima pademonstruoti įkvepiančius filmukus apie tai, kaip šis amatas vystėsi praeityje ir ką galima pasiekti.

Tokia diskusija uždegs ir įkvėps mentorius, leis jiems suprasti, kodėl jie nutarė dalyvauti šiame projekte ir ką jie tikisi perteikti kitiems dalyviams. Tikėjimas projekto svarba padės motyvuoti ir mentorius, ir jų kolegas.

Šis pratimas suteikia papildomą galimybę išreikšti savo norus, problemas ... viską, kas susijusę su siuvimo sritimi.





V.2. MANO MENTORIUS

Stiprinami gebėjimai: motyvacija, bendravimas.

Aprašymas: paprašykite, kad dalyviai prisimintų, kada jie išmoko siūti – kur tai buvo, kiek jiems buvo metų, kas juos mokė ir t. t. Tada paprašykite, kad kiekvienas papasakotų apie tai visai grupei, skirdamas ypatingą dėmesį jį mokusio žmogaus asmenybės ir požiūrio apibūdinimui ir teigiamoms ir neigiamoms jo mokymo stiliaus pusėms, t. y. ar jis mokėjo gerai paaiškinti, ar buvo per griežtas, ar atsakydavo į jūsų klausimus, ar buvo kantrus ir t. t. Po to paprašykite, kad dalyviai įsivaizduotų, kad jie yra klasėje ir kaip galima tiksliau pavaizduotų kiekvieno grupės nario apibūdintą mokytojo mokymo stilių.

Patarimas: grupėje aptarkite teigiamus ir neigiamus šių mokymo stilių aspektus ir ką šiandieną jūs darytumėte kitaip.





V.3. KĄ REIŠKIA BŪTI MENTORIUMI

Stiprinami gebėjimai: motyvacija, bendravimas.

Pagalbinės priemonės: kartono lapai ir pieštukai.

Aprašymas: paprašykite, kad mentoriai kartu nuspręstų, kokios yra 10 priežasčių, dėl kurių reikia būti Chuc & Craft mentoriumi, ir jas surašytų ant kartono lapo. Taip pat paprašykite, kad kiekvienas užrašytų 5 su mokymu susijusius dalykus, kurie jiems kelia baimę, ir juos palygintų su kolegomis. Ar jie bijo tų pačių dalykų? Ar jie supranta savo kolegų baimes? Ar jie įsivaizduoja, kaip galima būtų spręsti problemas, jei jos iškiltų? Pabaigoje paprašykite, kad visi kartu nuspręstų, kokie yra 10 šio vaidmens privalumų.

Patarimai: pasistenkite nuraminti dalyvius ir sumažinti jų baimes. Priminkite, kad su jais visada bus profesionalas. Pasakykite, kad juos pasirinkote todėl, kad žinote, kad jie gali atlikti šį vaidmenį. Kartono lapą, ant kurio yra surašytos 10 priežasčių, kodėl verta būti mentoriumi, galite pakabinti patalpoje, kurioje vyksta jūsų susitikimai su mentoriais. Tai padės palaikyti jų motyvaciją užsiėmimų metu.

Dalinimasis jausmais su kitais draugais, gali padėti išsiaiškinti daugiau dalykų apie vienas kitą ir save.



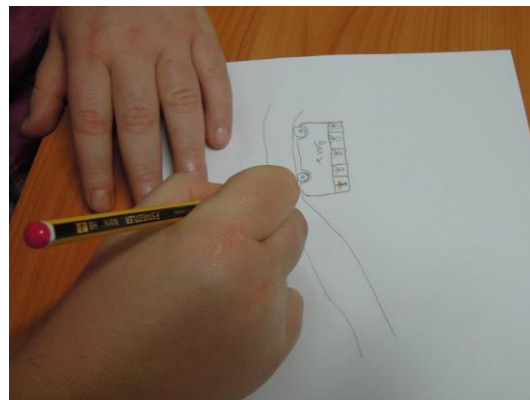
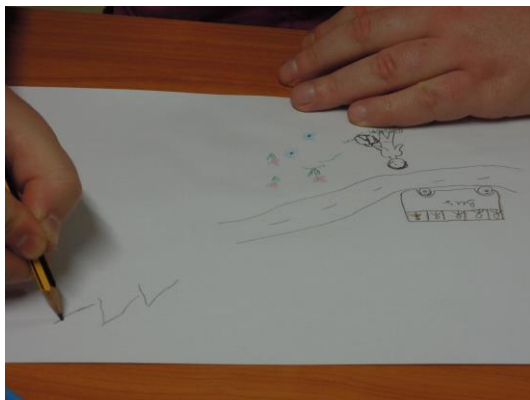


V.4. MANO KELIAS

Stiprinami gebėjimai: savirefleksija, motyvacija, bendravimas, gebėjimas atvirai kalbėti apie savo baimes.

Pagalbinės priemonės: popieriaus lapai, rašikliai, spalvoti pieštukai.

Aprašymas: ši užduotis yra šiek tiek labiau kūrybinga ir leidžia meniškai interpretuoti įvykius. Paprašykite Chic & Craft mentorių nupiešti kelio žemėlapij arba kalną ir pavaizduoti savo kelionę šių mokymų metu. Kalno aukštis ar kelio ilgis gali parodyti jų įsivaizduojamą mokymų sunkumą. Kelio nelygumai ar kalno uolos gali simbolizuoti kliūtis ar sunkumus, su kuriais jie tikisi susidurti savo kelyje. Jų automobilio ar kuprinės formoje gali atsispindėti jų turimi įgūdžiai, tai, ką jie pasiims, kad palengvintų savo kelionę ir t. t.





V.5. UŽRAŠŲ KNYGELĖ

Stiprinami gebėjimai: motyvacija, komandinis darbas.

Pagalbinės priemonės: užrašų knygelė, rašikliai, žymekliai, lipni juostelė ir kitos priemonės, kurias komanda gali panaudoti rašydami ir piešdami užrašų knygelėje.

Aprašymas: šis komandos formavimo pratimas bus tęsiamas kiekvieno užsiėmimo metu. Kiekvieną kartą turėkite didelį tuščią žurnalą ar bloknotą. Jeigu manote, kad grupei reikia patarimų, kiekviename puslapyje gali parašyti klausimus arba pasiūlyti, ką dalyviai galėtų parašyti arba nupiešti. Taip pat prie užrašų knygelės galite padėti atspausdintas rekomendacijas (pvz., parašykite, ką šiandien išmokote per užsiėmimą, kas jums labiausiai patinka Chic & Craft komandoje, pasiūlykite savo grupės dienos/savaitės šūkį, sugalvokite "Dešimt Chic & Craft mentorių įsakymų", kt.).

Patarimai: paraginkite dalyvius pacituoti jų skaitomas knygas ar grupės narius, parašyti, kas smagus atsitiko darbe, priklijuoti komandos nuotraukas.





V.6. PAŽADINK ĮKVĖPIMĄ

Stiprinami gebėjimai: motyvacija, kūrybinis mąstymas, keitimasis idėjomis.

Pagalbinės priemonės: nešiojamas kompiuteris su interneto prieiga.

Aprašymas: šiandien jūs galite pasidalinti su kolegomis-mentoriais patirtimi, panašia į Chic & Craft programą. Jūs galite parodyti jiems gražių darbų, pagamintų iš antrinių medžiagų, netgi populiarių mados dizainerių kūrinius iš antrinių žaliavų arba pavyzdžių, kai nereikalingi daiktai ar medžiagos buvo panaudoti kuriant mados kolekcijas. Čia yra keletas pavyzdžių, bet galite paieškoti ir pavyzdžių iš Lietuvos ar netgi pasikalbėti su dizaineriais:

<http://www.recycled-fashion.com>

<http://daniellelvermeer.com/blog/upcycled-fashion-companies>

<https://collectively.org/en/article/britains-top-10-haute-cyclers-meet-the-pioneers-of-designer-upcycling>

<http://ecosalon.com/our-5-favorite-upcycled-fashion-designers-from-the-usa>

<https://es.pinterest.com/darcyfowkes/recycled-upcycled-fashion-design>

Pradėkite diskusiją apie pakartotino drabužių panaudojimo naudą ir apie tai, kaip smagu turėti originalius daiktus, kurių neturi kiti ir apie pinigų ir išteklių taupymą.

