

ნოდარ სარჯველაძე ნინო შუშანია

**შემოქმედებითი თვითგამოცატვის სწავლა
მოზარდებს**

თბილისი, 2009

ავტორები: ნოდარ სარჯველაძე, ნინო შუშანია
დიზაინი და ლაკაბადონება: ირაკლი გელეიშვილი, ნატო შუშანია

პირველი ქართული გამოცემა, 2009
გამომცემლობა „ნეკერი“, 2009

ყლის პირველ გვერდზე გამოყენებულია ელის როორღას მიერ გადაღებული ფოტო

ISBN 978-9941-0-1067-5

© ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდი

ავტორებისაგან

მეთოდური სახელმძღვანელო მრავალწლიანი მუშაობის შედეგია, რომელსაც ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდი ატარებდა ბავშვებთან და მოზარდებთან ფსიქო-სოციალური მხარდაჭერის პროგრამათა ფარგლებში. ასეულობით დევნილმა და ლტოლვილმა ბავშვმა და მოზარდმა, ქუჩის ბავშვებმა, საშუალო სკოლის მოსწავლეებმა, მოზალისეებმა, მასწავლებლებმა თავის თავზე გამოსცადეს ის სავარჯიშოები და ტექნიკები, განმავითარებელი თამაშები და არტთერაპიული მეთოდები, რომლებიც ამ წიგნშია აღწერილი. ნაშრომის წამყვანი იდეაა, რომ შემოქმედებითი თვითგამოხატვა ფუძემდებლური სასიცოცხლო თვისება და უნარ-ჩვევაა, რომელიც უზრუნველყოფს განვითარების ხელისშემშლელი ფაქტორებისა და ტრავმატული გამოცდილების დაძლევას, სწავლისა და სოციალური ადაპტაციის პროცესთა გაუმჯობესებას, სხვადასხვა ფსიქიკურ ფუნქციათა სრულყოფას. მეთოდური სახელმძღვანელო მეტწილად შეიცავს ტექნიკათა და მეთოდოლოგიის „ყულაბას“, თუმცა მასში აგრეთვე მოცემულია საგულისხმო თეორიული მასალა სწავლისა და თვითგამოხატვის საკითხებზე.

სახელმძღვანელო განკუთვნილია განათლების მუშაკებისა და პედაგოგების, სოციალურ მუშაკების, აღმზრდელების, ბავშვებთან და მოზარდებთან მომუშავე არასამთავრობო ორგანიზაციების წარმომადგენლებისა და ყველა მათთვის, ვინც დაინტერესებულია კრეატიული, არაფორმალური, ინტერაქტიული და გამოცდილებითი სწავლების საკითხებით.

სარჩევი

წინათქმა	. 6
----------	-----

თავი პირველი

შემოქმედებითი თვითგამოხატვა: სწავლა და განვითარება (თემორიული ექსპურსი)	9
შემოქმედებითი თვითგამოხატვის როლი ადამიანის ცხოვრებაში	9
შემოქმედებითი თვითგამოხატვა და ბავშვის განვითარება	26
შემოქმედებითი თვითგამოხატვა და ტრავმის დაძლევა	. 33
 სწავლისა და განვითარების თემორიები	. 39
დ. უზნაძის თეორია	. 39
ჟ. პიაჟეს განვითარების თეორია	41
ლ. ვიგოტსკის თეორია	. 44
ბიპევიორიზმი	. 47
ნეირომეცნიერება	50
კონსტრუქტივიზმი	. 55
სწავლის სტილი	57
თემის პრაქტიკა	63
კონტროლის თეორია	. 65
დაკვირვებითი ანუ სოციალური სწავლის თეორია	68

თავი მეორე

შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სავარჯიშოები	75
მიმდინარეობა: შესავალი აქტივობები	76
მიმდინარეობა: მუსიკა	99
მიმდინარეობა: დრამა	129
მიმდინარეობა: ხატვა	. 216
მიმდინარეობა: ფოტო	. 239
მიმდინარეობა: ისტორიების შეთხზვა	241

თავი მესამე

შემოქმედებითი თვითგაგონის სისიის მეთოდოლოგიური მიმოსილვა	. 243
---	--------------

თავი მეთხე

სამუშაო შემთხვევების აღწერა	. 249
სამუშაო შემთხვევათა აღწერის მნიშვნელობა და საზრისი	. 249
კონკრეტული შემთხვევა №1	. 251
კონკრეტული შემთხვევა №2	. 267
კონკრეტული შემთხვევა №3	. 273
კონკრეტული შემთხვევა №4	. 277

ბოლოთქმა	. 285
-----------------	--------------

ბლოსარიუმი	. 286
გამოყენებული ლიტერატურა	. 293

2000 წლის ივლისის ცხელი დღეები იყო. ზუგდიდში ჩვენი ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდი ჰოლანდიურ არასამთავრობო ორგანიზაცია "Antares"-თან ერთად ატარებდა სტრესის მართვის ტრენინგს ადგილობრივ არასამთავრობო ორგანიზაციებთან. მობილურით დამირეკა ჰოლანდიელმა ელის როორდამ და დამითქვა თბილისში შეხვედრა. საქმე ეხებოდა შემოთავაზებას, რათა ჰოლანდიური ორგანიზაცია "War Child Netherlands"-ის მიერ მომზადებული ქართული სპეციალისტები ჩამერთო ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდის შემადგენლობაში და დაგვედო ხელშეკრულება აღნიშნულ ორგანიზაციასთან მნიშვნელოვანი პროექტის განხორციელების თაობაზე. პროექტი ეხებოდა სოციალური კრიზისების, ომების და ეთნიკური კონფლიქტების მიერ ტრავმირებული ბავშვებისა და მოზარდების ფსიქოსოციალურ დახმარებას ხელოვნების საშუალებებისა და არტთერაპიის მეთოდების გამოყენებით. თბილისში ჩამოსვლისთანავე შევკრიბე ზურა ბებერაშვილი, ჯანა ჯავახიშვილი და ნატო სარჯველაძე და გავეშურეთ შეხვედრაზე. ელისმა წარმოგვიდგინა ნინო შუშანია, ეკა დვალი, ია სამადაშვილი და კოკი ლორთქიფანიძე. ნინო, ეკა და კოკი თბილისის სახელმწიფო კონსერვატორიის კურსდამთავრებული სტუდენტები იყვნენ, ზოლო იას თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტი კქონდა დამთავრებული და ფიზიოლოგიის სპეციალობით მუშაობდა. ოთხივემ გაიარა სპეციალური ტრენინგები შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და ხელოვნების საშუალებებით ტრავმირებულ და ქუჩის ბავშვებთან მუშაობის შესახებ. მათ უკვე ერთი წლის ინტენსიური მუშაობის გამოცდილება დააგროვეს მიუსაფარ და ქუჩის ბავშვებთან მუშაობის თვალსაზრისით. ჩვენც მოვეყვებით ადამიანის რესურსების ფონდის მრავალწლიანი გამოცდილების შესახებ ლტოლვილ და დევნილ ბავშვებთან, მოზარდებთან, ზრდასრულებთან და მოხუცებთან ფსიქოსოციალური დახმარების პროექტების შესახებ, რაც ძირითადად 1995-1999 წლებში განვახორციელეთ ნორვეგიის ლტოლვილთა საბჭოს ფინანსური და ორგანიზაციული დახმარებით. იმ პერიოდისათვის ჩვენი წიგნი „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დახმარება“ ქართულად უკვე გამოცემული იყო და ამ წიგნის შესახებაც გვქონდა საუბარი, სადაც ლტოლვილ და დევნილ ბავშვებთან მუშაობის მრავალწლიანი გამოცდილება იყო გადმოცემული. პირველსავე შეხვედრაზე შევთანხმდით, რომ "War Child Netherlands"-თან ვდებდით ხელშეკრულებას

ბას, რომლის თანახმადაც მე და ჯანა ჯავახიშვილი გაუწევდით ხელმძღვანელობასა და სუპერვიზიას ამ პატარა ჯგუფს, რათა ქუჩის ბავშვებთან გაგრძელებულიყო მუშაობა, რასაც დაემატებოდა დევნილი მოსახლეობის კომპაქტურად დასახლებულ პუნქტებში ბავშვთა და მოზარდთა ფსიქო-სოციალური დახმარება არტთერაპიის მეთოდთა გამოყენებით. ასე შეიქმნა ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდში “War Child Netherlands”-ის დახმარებით განხორციელებულ პროექტთა წყება, რამაც 7 წლიანი თანამშრომლობის პერიოდი მოიცვა. შემდგომში ჯგუფი გაფართოვდა და ნინოს, იასა და კოკის გუნდს თანდათანობით შემოემატნენ კომპოზიტორი მაკა ვირსალაძე და ფსიქოლოგები დეა ჩხაიძე, ქეთი ზაფავა, ია წულაია და ეკა პავერმანი.

ყველა ადამიანში ბუდობს შემოქმედი. კრეატიულობა უნივერსალური თვისებაა. ყველა ცდილობს გამოხატოს საკუთარი თავი და ხშირად ეს თვითგამოხატვა თვითონ იქცევა შემოქმედებით პროცესად. განსაკუთრებით კი ბავშვები და მოზარდები არიან ამ ნიშნით აღბეჭდილი. მოცარტი ყველა ბავშვშია – ასე ფიქრობდა ა.ს. ეგზიუპერი და ამიტომაც თქვა ასე სევდიანად „ვინ იცის, იქნებ ამ პატარაში მოცარტი მოკვდა“-ო. ბავშვის განვითარება თვითონაა შემოქმედებითი პროცესი. ჩვენს დრამატულ ეპოქაში, როცა ასიათასობით და მილიონობით ბავშვი არის ძალადობის ობიექტი, სილატაკის მსხვერპლი, დათრგუნული და ტრავმირებული არსება, შემოქმედებითი თვითგამოხატვის შესაძლებლობა მაკურნებელ საღბუნად ევლინება მოზარდ არსებას. მაგრამ ყველას არა აქვს ამის შესაძლებლობა. სამაგიეროდ და საბედნიეროდ არსებობს აღმზრდელობითი ზემოქმედების, არტთერაპიის, კრეატიულობის ტრენინგის უზარმაზარი არსენალი. ჩვენი წიგნიც სწორედ შემოქმედებითი თვითგამოხატვის არსის, მისი მეთოდების მოაზრებაში მოკრძალებული წვლილია. როცა ამ წიგნის წერა დავამთავრეთ, 2008 წლის 7-8-9 აგვისტოს რუსეთის აგრესიის შედეგად სამაჩაბლოდან ასიათასზე მეტი ადამიანი გამოიხიზნა და გახდა დევნილი. მათ შორის უხვად არიან ბავშვები. და აღმოვაჩინეთ, რომ ის თვითგამოხატვის სესიები და მეთოდები, რომელსაც ჩვენს ორგანიზაციაში „ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდში“ ვატარებდით 12 წლის განმავლობაში დევნილი ბავშვებისათვის, ისევ და ისევ აქტუალური და საჭირო გახდა. და ჩვენც ფორსირებულად დავიწყეთ ხელნაწერის გადაცემა გამომცემლობისათვის.

ჩვენ იმ ბავშვებისა და მოზარდების უსასრულოდ მადლიერი ვართ, ვინც ჩვენსა და ჩვენი კოლეგების შემოქმედებითი თვითგამოხატვის

სესიებსა და ტრენინგებში მონაწილეობდა. პატივისცემა გესურს გამოვხატოთ მათი მშობლების, ოჯახის წევრებისა და ახლობლების მისამართით. პოლანდიური ორგანიზაცია “War Child Netherlands” მრავალი წლის განმავლობაში გვიწვედა ყოველგვარ დახმარებასა და მხარდაჭერას, ხოლო მისი ტრენერები და ექსპერტები უხვად გვიწილადებდნენ ცოდნასა და გამოცდილებას არტთერაპიასა და შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სფეროში, გუნდის შენებისა და ორგანიზაციის სტრატეგიული დაგეგმვის საკითხებში. მათი ღვაწლი ღიღია ჩვენი ორგანიზაციის განვითარებაში, ეს წიგნიც მათთან მრავალი წლის თანამშრომლობის ნაყოფია და მადლიერების გრძნობით გესურს მოვიგონოთ ამ შესანიშნავი ორგანიზაციის თანამშრომლები.

და ამ წიგნის დაწერა ბედად გვერგუნა ჩვენ – ნოდარ სარჯველაძესა და ნინო შუშანიას, მაგრამ იგი ერთგვარად ჯანა ჯავახიშვილთან, ქეთი ხაფავასთან, ია სამადაშვილთან, მაკა ვირსალაძესთან, დეა ჩხაიძესთან, ია წულაიასთან, კოკი ლორთქიფანიძესთან, ეკა პავერმანთან, მამუკა ერქომაიშვილთან და ამირან დოლიძესთან თანამშრომლობის ნაყოფია. უღრმესი მადლობა მათ.

ამ წიგნის პირველი ნაწილი თეორიულია, ხოლო მეორე პრაქტიკულ საკარჯიშოებს და ცალკეული შემთხვევების ანალიზს მოიცავს. ჩვენ ღია ვართ ყოველგვარი კრიტიკისადმი და ველით დაინტერესებული მკითხველის შეხმინებასა და კომენტარს. ჩვენი ვებ-გვერდია www.fdhr.ge, ხოლო ელექტრონული ფოსტის მისამართებია: nino@fdhr.ge, nodar@fdhr.ge.

თავი პირველი

შემოქმედებითი თვითგამოსატვა: სწავლა და
განვითარება
(თეორიული მსახურსი)

შემოქმედებითი თვითგამოსატვის როლი
ადამიანის ცხოვრებაში

შემოქმედებითი პროცესი არა ოდენ ადამიანისათვის არის დამახასიათებელი, არამედ სამყაროს ფუძეში ძევს როგორც უნივერსუმის არსებითი თვისება. გამოჩენილმა ფრანგმა ფილოსოფოსმა ანრი ბერგსონმა სამყარო შემოქმედებითი ევოლუციის პროცესად მოიაზრა, ხოლო ამ უნივერსალური შემოქმედებითობის საწყის მამოძრავებელ ძალად ელან ვიტალე მიიჩნია, რაც ქართულად „სიცოცხლის ღტოლვად“ ან „სასიცოცხლო მისწრაფებად“ ან კიდევ „სასიცოცხლო გაქანებად“ შეიძლება ითარგმნოს. სამყაროს ეს სასიცოცხლო იმპულსი საკუთრივ მის წიაღში სუფევს და იგი მის მუდმივ ქმნადობასა და შემოქმედებით ევოლუციას განაპირობებს. ძველბერძნულ ფილოსოფიაში არსებობდა „დემიურგის“ ცნება, რაც სამყაროს შემოქმედს გულისხმობდა. პლატონი თავის „თიმეოსში“ დემიურგზე კოსმიურ მასშტაბში საუბრობს და იგი განხილულია როგორც იდეა, რომელიც შემოქმედებითად მართავს მატერიალურ სამყაროს. ის, რომ სამყარო შენაქმნია და განგების შემოქმედების ნაყოფია, ხოლო ღმერთმა ადამიანი ხატად თვისად შექმნა, ბიბლიის ერთერთი ცენტრალური იდეაა. ასე რომ, შემოქმედება და მუდმივი ქმნადობა უნივერსუმის საფუძველმდებარე პრინციპია, ხოლო ქვეყნიერების არსთაგან მისი ყველაზე უფრო მკაფიო გამოვლენა ადამიანია. ადამიანის ფენომენი ყველაზე უფრო არსებითად განასახიერებს სამყაროს შემოქმედებითობისა და ქმნადობის ამ უნივერსალურ პრინციპს და არა თუ განასახიერებს, არამედ სწორედ ადამიანის მეოხებით და სწორედ ადამიანზე „გავლით“ ქმნის სამყარო საკუთარ თავს სრულიად ახლებურად და ახალ თვისობრიობაში ან ახალ განზომილებაში. ანთროპოგენეზი თვითონ არის გამუდმებული კრეატიული პროცესი და იგი არ

იფარგლება ადამიანის პორიზონტით, მას კოსმიური მასშტაბები გააჩნია და კოსმოგენეზშიც აქვს დიდი წვლილი.

ადამიანი თავისი შემოქმედებითი მისწრაფებისა და პოტენციალის საფუძველზე ქმნის ცივილიზაციას და საკუთარ ისტორიას, გარდაქმნის ბუნებას და გადის კოსმოსში, გადალახავს რა საკუთარი პლანეტის ფარგლებს. გადალახვის ეს აქტი ყველაზე უკეთ უჩვენებს შემოქმედებითი აქტის ბუნებას: შემოქმედებითი აქტის მეოხებით ადამიანი არ იზღუდება მატერიალური მოცემულობით და საკუთარი სტერეოტიპებით, ჩვეული გზითა და მყარად დადგენილი ნორმებით, პირიქით, იგი გაარღვევს დადგენილი მოცემულობის საზღვრებს და ტრანსცენდირებს რეალობიდან, რითაც ქმნის თვისობრივად ახალ რეალობას. ამდენად შემოქმედება გადალახვაა, თვისობრივად ახალი რეალობის შექმნაა და ცხოვრებასა და სამყაროში ცვლილებების შეტანის პროცესია.

გარდა გადალახვისა, ქმნადობისა და ცვლილებებისა არის კიდევ ერთი მნიშვნელოვანი იმანენტური თვისება, რაც შემოქმედებას გააჩნია, და ეს არის თვითგამოხატვის იმპულსი. შემოქმედებითი თვითგამოხატვა არ არის შემთხვევითი ტერმინი, არამედ იგი გადმოგვცემს ერთ მნიშვნელოვან ვითარებას: შემოქმედებითი აქტი გარდაუვალად გვამცნობს საკუთარი თავის შესახებ, მას არ შეუძლია არ გამოხატოს საკუთარი არსებობა, იგი ვერ ითმენს დამუნჯებასა და უტყევობას, მან აუცილებლად უნდა გახსნას საკუთარი არსი და გამოსახოს თავისი თავი ან სიტყვით, ან მოქმედებით, ან ფერით, ან ბგერით, ან რაიმე პროდუქტით ან კიდევ ახალი იდეით. გავიხსენოთ ქართული ხალხური ლექსი:

„ლექსო აღმოგთქომ ოხერო,
მერე თუ გინდა კვებდობდე...“

შემოქმედებითი აქტი გარღვევაა და ამოხეთქვაა, რომელიც საკუთარი თავის თვითაღსრულების გარდაუვალობის შესახებ ღაღადებს და სწორედ ამ აზრით ვლადიმერ პეტროვიჩი შემოქმედებით თვითგამოხატვაზე. შემოქმედებითი თვითგამოხატვის იმპულსების ბლოკირება აფერხებს პიროვნების განვითარებას და იწვევს მასში სხვადასხვა სახის ნევროტულ გადახრებს, ხოლო ამ იმპულსების გამოთავისუფლება ხელს უწყობს პიროვნულ ზრდას და სხვადასხვა სახის ნევროზის ან პოსტ-ტრავმატული დარღვევების დაძლევას. ეს ცალკე საუბრის თემაა, მაგრამ მთელი ჩვენი მუშაობა წლების განმავლობაში ამ თეზისს ეყრდნობოდა და ვავითარებდით სხვადასხვა სახის მიდგომებსა და ტექნიკებს, რომელთა სამიზნე ტრავმი-

რებულ ან ბლოკირებულ ბავშვთა ჯანსაღი განვითარება.

შემოქმედებითი აქტივობის კიდევ ერთი თავისებურებაა აღსანიშნავი: მას არ გააჩნია სპეციფიკური, მხოლოდ მისთვის განკუთვნილი სფერო ან მოქმედების არეალი, მაგალითად ხელოვნება ან მეცნიერება. პირიქით შემოქმედებას არა აქვს საზღვარი მოქმედების არეალის ან სფეროს შესახებ: იგი შეიძლება ეხებოდეს ყოველდღიურ საქმიანობას, ვთქვათ, გლეხის მიერ მიწის დაბარვას, ხელოსნობას, მაგალითად, მეწაღის საქმიანობას, კულინარიას, მოძრაობის მანერას ან ფიზიკურ ვარჯიშებსა და სპორტს, პედაგოგობას, ტრენერობას, პოეტობასა და მწერლობას, მხატვრობასა და კომპოზიტორობას... ყველაფერს, აბსოლუტურად ყველაფერს. შემოქმედებითობა შეიძლება ეხებოდეს ხედვას, მსჯელობას, გემოვნებას..... რასაც არ უნდა აკეთებდეს ადამიანი, შეიძლება შემოქმედებითი იმპულსით მოქმედებდეს ან კიდევ სრულიად რუტინულად საქმიანობდეს. იგი მუდმივი არჩევანის წინაშეა: შეცვალოს, გარდაქმნას და შემოქმედებითად მიუდგეს საკეთებელს თუ გაიმეოროს ძველი, დაეყრდნოს გამოცდილებას, სტერეოტიპულად გაჰყვეს უკვე გატკეპნილ გზას და შეამციროს სიახლესთან დაკავშირებული რისკი, შექმნას სტაბილური გარანტიები.

და მაინც რა ადგილი უკავია და რა არის შემოქმედებითი თვითგამოხატვის დანიშნულება და როლი ადამიანის ცხოვრებაში? სადაც კი არის ცვლილება, წინსვლა და სიახლე, შექმნა და გადალახვა, იქ ყველგან ბუდობს შემოქმედებითი იმპულსი და პროცესი. შემოქმედება უნივერსალურია როგორც თვით უნივერსუმი და უკიდვანაო ვითარცა ვარსკვლავებით მოჭედილი ცა. ადამიანი ქმნის და ცვლის, გადალახავს და წინ მიდის მისი არსებობის სხვადასხვა ღონეზე. დავეყრდნობით გ. ბეიტსონის ცნობილ იდეას ჩვენი არსებობის ღონეების შესახებ და შევეცდებით სისტემატიზაციისა და კლასიფიკაციის თვალსაზრისით თავი მოუყაროთ შემოქმედებითი აქტივობის ნაირსახეობებს.

სასიცოცხლო გარემოს ღონე

ადამიანი ცხოვრობს თავის სასიცოცხლო გარემოში, ის ამ გარემოს ნაწილია და იმავდროულად თვით ეს გარემოა პიროვნების ნაწილი. მაგრამ ადამიანი არათუ მხოლოდ ცხოვრობს თავის სასიცოცხლო გარემოში და რეაგირებს მასზე, არამედ ქმნის, ცვლის, განაახლებს, გააღწევს კიდევ მას. ამდენად იგი გარემოს შემოქმედიცაა. სასიცოცხლო

გარემოში არის ფერები, ფორმები, ბგერები, ფიზიკური ნივთები და მოვლენები, ფრინველები, ცხოველები და სხვადასხვა ცოცხალი არსებები, ადამიანები, სოციალური ინსტიტუტები, ნორმები და შეხედულებები და ა.შ.

ადამიანი იმეცნებს გარე სამყაროს, მისი სასიცოცხლო გარემოს თავისებურებებს ადგენს და შეისწავლის, რისი ყველაზე ნათელი გამოხატულებაც მეცნიერებაა, რაც თავის მხრივ უზარმაზარ შემოქმედებით ძალისხმევას მოითხოვს. შემოქმედებით თვითგამოხატვას გარესამყაროს შემეცნებაში ემსახურება სამეცნიერო ფორუმები და კონფერენციები, სადისერტაციო ნაშრომები და პუბლიკაციები და ამ მხრივ მსოფლიოში უზარმაზარი სამეცნიერო ინდუსტრიაა აშენებული.

ადამიანი თავის გარემოს საკუთარი ღიზიანით მორთავს, გააღამაზებს, მოხერხებულსა და კომფორტულს ხდის, ამაშიც მრავალგვარ გამომგონებლურ და შემოქმედებით ენერგიას აქსოვს და საკუთრივ გამოხატავს თავის შესაძლებლობებს, გემოვნებას, ინტელექტსა და ესთეტიურ ხედვებს.

ადამიანს გარს არტყია ფერები და ფორმები, მაგრამ იგი თვისობრივად ახალ რეალობას ქმნის ფერებისა და ფორმების საფუძველზე, როცა ხატავს და მხატვრულ ტილოს ან გრაფიკულ ნაწარმოებებს ქმნის, ძერწავს და აქანდაკებს, ნოხებსა და ფარდაგებს ქსოვს, ფოტოხელოვნების ნიმუშებს ქმნის.

ადამიანს სასიცოცხლო გარემოში ესმის ბგერები და სიტყვები, მაგრამ ადამიანი ქმნის ან ასრულებს მუსიკალურ ნაწარმოებს, წერს ლექსებს და თხზავს რომანებს, ისტორიებს, მოთხრობებსა და ნოველებს.

ადამიანი თავისი შემოქმედებით ქმნის თვისობრივად ახალ მომენტებს თავის სასიცოცხლო გარემოში და ეს ხდება დაწყებული ღრმა ბავშვობიდან და გრძელდება სიცოცხლის ბოლომდე. ადამიანი პიროვნებათაშორისი ურთიერთობებისა და საზოგადოებრივი ცხოვრების შემოქმედიცაა და ამაში სწორია კონსტრუქტივიზმი, რომელიც თვლის რომ ადამიანი არათუ მხოლოდ რეაგირებს სოციალურ გარემოზე, არამედ ააგებს კიდევ სოციალურ სამყაროს და ეს უკანასკნელი კონსტრუქტი უფროა, ვიდრე თავისთავადი რეალობა. და ესეც მოდის ღრმა ბავშვობიდან და გრძელდება ვიდრე ღრმა მოხუცებულობამდე.

ჩვენს მეთოდურ სახელმძღვანელოში მრავლადაა მოყვანილი სავარჯიშოები და თამაშები, რომლებიც ეხებიან საკუთარი სასიცოცხლო გარემოს ხატვას, მუსიკას, პიროვნებათაშორისი ურთიერთობების გარემოსა და გუნდის შენების პროცესს ბავშვობისა და მოზარდობის პერიოდში.

ქცევითი (ბიჰევიორალური) დონე

აღამიანი თავის სასიცოცხლო გარემოში მოქმედებს და ახორციელებს მისთვის დამახასიათებელ ქცევებს. მაგრამ მისი ქცევები არა მხოლოდ რეაქტიული ბუნებისაა იმ გაგებით, რომ რეაქცია პასუხია მოვლენებსა და ფაქტებზე, არამედ პროაქტიული ხასიათისაა და გულისხმობს პიროვნების ნების თვითგამოხატვას, ახლებურ და დამოუკიდებელ, თავისუფალ და პასუხისმგებელურ, ცვლილებებზე ორიენტირებულ პასუხს გამოწვევებზე, რომელიც შემოქმედებით მიდგომებს ეფუძნება. შეცვალო შენი ქცევების რეპერტუარი, გადაახალისო შენი მოქმედებები, მიიღო სრულიად ახალი გადაწყვეტილებები არ არის ადვილი საქმე, რისკთან და გადაწყობასთანაა დაკავშირებული, რითაც შენი ცხოვრების რეჟისორი ხდება და ხელახლა შექმნი საკუთარ თავს ახალ ამპლუაში. განახლებულ და პროაქტიულ ქცევას ცვლილებები სხვათა ცხოვრებაშიც შეაქვს და სამყაროში, უახლოეს გარემოცვასა და საზოგადოებაში იქმნება სრულიად ახალი ვითარებანი. ბიჰევიორულ დონეზე ცვლილებებით სათავე ედება გარესამყაროში ახლის შექმნის პროცესს, ხოლო ცვლილებები გარესამყაროში ჯაჭვურად იწვევს ახალ პროაქტიულ ქცევებს და ამგვარად თვით ცხოვრება ხდება შემოქმედების საგანი. ასე ხდება ვიდრე ბავშვობიდან სიცოცხლის ბოლომდე.

წიგნის მეთოდურ ნაწილში მოტანილი საეარჯიშოებისა და ტექნიკების დიდი ნაწილი მოზარდ თაობაში სწორედ ქცევის დონეზე ცვლილებების გამოწვევას ემსახურება.

შესაძლებლობათა დონე

არა მხოლოდ სასიცოცხლო გარემო და ჩვენი ქცევები ამ გარემოში, არამედ ჩვენი უნარები, ნიჭი და პოტენციალი განსაზღვრავს ჩვენი მარგი ქმედების კოეფიციენტს. რა შემიძლია, რისი უნარი მაქვს, სად გადის ჩემი შესაძლებლობების ზღვარი? როგორია ჩემი თვალსაწიერი და როგორ გავაფართოვო იგი? როგორ ვითვისებ ახალ ინფორმაციას და ვსწავლობ და როგორ ვისწავლო უფრო ეფექტურად სწავლა? რისი უნარი და ნიჭი მაქვს და შემიძლია თუ არა ჩემი უნარების და ნიჭიერების საზღვრების გაფართოება? თუ შემიძლია, როგორ? შესაძლებლობების თვალსაზრისით შეიძლება გამოვყოთ ფიზიკური, ინტელექტუალური, ემოციური, ნებელობითი შესაძლებლობები, რომლებიც განსაზღვრავენ

ჩვენი ცხოვრების ხარისხს. ეს შესაძლებლობები შეიძლება განვავითაროთ და ესეც საკუთარი თავისადმი შემოქმედებით მიდგომას გულისხმობს. აღნიშნულ შესაძლებლობათაგან სპეციალურად შევეხებით ინტელექტუალურ უნარებს. დღეს ინტელექტის შესახებ თეორიებში ყველაზე პოპულარულია მრავალფეროვანი ინტელექტის თეორია, რასაც ქვემოთ განვიხილავთ.

– ინტელექტი და მისი მრავალფეროვნება. ინტელექტუალური შესაძლებლობები და უნარები არ არის გაყვანილი და უცვლელი თვისება. ჩვენ შეგვიძლია მათი განვითარება და სრულყოფა. ჰარვარდის უნივერსიტეტის პროფესორმა ჰ. გარდნერმა შეიმუშავა მრავალგვარი ინტელექტის კონცეპცია. ტრადიციულად ადამიანის ინტელექტუალური დონე განისაზღვრებოდა ინტელექტის ტესტის IQ-ს საშუალებით და ძირითადად იზომებოდა მათემატიკური, ლოგიკური, ლინგვისტური და პრობლემის გადაწყვეტის უნარ-ჩვევები. ჰ. გარდნერის კონცეპციაზე დაყრდნობით გამოიყო ინტელექტის 10 სახეობა: 1) ლინგვისტური 2) ლოგიკურ-მათემატიკური 3) სივრცითი (ვიზუალური) 4) ფიზიკურ-სხეულებრივი (ტანი-კინესთეზია) 5) მუსიკალური (სმენითი) 6) ემოციური 7) პიროვნებათაშორისი ურთიერთობების 8) ნატურალისტური (ბუნება) 9) სულიერ-გონითი 10) პრაქტიკული. ინტელექტის ასეთი მრავალგვარი ნაირსახეობის გათვალისწინების შედეგად უკეთ ხდება იმის დახასიათება თუ რა არის ჭკუა, გონებაშეზღუდულობა, მოსაზრებულობა, მოხერხებულობა, ნიჭი, ტალანტი და როგორ განვავითაროთ იგი.

– ლინგვისტური ინტელექტი. გიყვართ ამბის მოყოლა? ხშირად და სიამოვნებით ერთობით თამაშებით, სადაც სიტყვების თამაში ან გამოცნობა? მდიდარი სიტყვიერი მარაგი გაქვთ? ადვილად სწავლობთ უცხო ენებს? გიყვართ კითხვა? ამოგიწერიათ და დაგიმახსოვრებიათ სიტყვები, რომლებიც მანამდე არ იცოდით? თუ თქვენი კითხვები დადებითია, იგი მეტყველებს თქვენი ლინგვისტური ინტელექტის მაღალ დონეზე.

– მათემატიკურ-ლოგიკური ინტელექტი. ვინც ადვილად სწავდება მიმართებებს და კავშირ-ურთიერთობებს საგნებსა და მოვლენებს შორის, მსჯელობს ლოგიკურად, უყვარს აბსტრაქტული პრობლემების გადაწყვეტა და ამოხსნა, კარგად გამოჰყოფს მოვლენათა კატეგორიებს და აგებს მსჯელობის მწყობრ სისტემას, ეხერხება დიაგრამების, ცხრილების, მკაფიო ფორმულების გამოყენება – მას მათემატიკურ-ლოგიკური ინტელექტის მაღალი დონე აქვს, თუმცა იგი შეიძლება სულაც არ იყოს პროფესიით მათემატიკოსი ან ლოგიკოსი.

– სივრცითი (ვიზუალური) ინტელექტი. თუკი თქვენს ყურადღებას მეტწილად იპყრობს საგანთა ფერი, ფორმა, ზედაპირის გამოსახულება, და იმავე დროს ადვილად შეგიძლიათ დახაზოთ, დახატოთ, გამოძერწოთ ან ფოტოსურათით, დიაგრამის და რუკის სახით წარმოიდგინოთ ესა თუ ის ადგილი ან მოვლენები, მაშინ სივრცითი ანუ ვიზუალური ინტელექტი მეტადაა განვითარებული თქვენში და კარგ სამსახურს გიწევთ ის. თუკი იმასაც გაითვალისწინებთ, რომ ცივილიზაციის წინსვლასთან ერთად სულ უფრო და უფრო მეტ ადგილს იკავებს ე. წ. ვიზუალური კომუნიკაციის საშუალებები, ნათელი გახდება ვიზუალურ-სივრცითი ინტელექტის მნიშვნელობა თანამედროვე ადამიანის ცხოვრებაში.

– ფიზიკურ სხეულებრივი (კინესთეტიური) ინტელექტი. ვთქვათ, გეხერხებათ ცეკვა, ფიზიკური საეარჯიშოების შესრულება, თხილამურებზე ან ციგურებზე სრიალი, ველოსიპედით სეირნობა, ადვილად ითვისებთ ამა თუ იმ მოძრაობას ან ილეთს, შეგიძლიათ კარგად გადმოსცეთ რაიმე თვისება მოძრაობით, ჟესტით ან მიმიკით, მიბადოთ სხვას სიარულში, მაშინ სახეზეა სხეულებრივი ინტელექტის მაღალი დონე.

– მუსიკალურ-სმენითი ინტელექტი. ბევრისთვის ბგერები და რითმები, სიმღერა და მუსიკის მოსმენა გართობის ან ჰობბის ძირითადი წყაროა. ისინი ადვილად იხსენებენ მელოდიას, ხმის ტემბრისა და მანერის მიხედვით იმახსოვრებენ ამა თუ იმ ადამიანის მოქმედებას ან ასკენიან მის თვისებებზე, სამყაროს უფრო მეტად უსმენენ, ვიდრე ხედავენ ან უყურებენ. ისინი მუსიკალურ-სმენითი ინტელექტის მაღალი დონით გამოირჩევიან.

– ემოციური ინტელექტი. ზოგი ცდილობს უკეთ გაერკვეს საკუთარ ემოციებში და მართოს იგი. მისთვის თვითშემეცნება, საკუთარი თავის გაცნობიერება მნიშვნელოვანი ამოცანაა. იგი ღიდ ყურადღებას უთმობს როგორც საკუთარ, ისე სხვა ადამიანთა განწყობილებას, გრძნობებს. ისინი მოვლენებს ჯერ, შეიგრძნობენ, ხოლო შემდეგ მოიაზრებენ. მათთვის მნიშვნელოვანია განცდათა სამყარო. ისინი ემოციური ინტელექტის თავისებურებებით ხასიათდებიან.

– სოციალური ან პიროვნებათაშორისი ურთიერთობების (ინტერპერსონალური) ინტელექტი. ინტერპერსონალური ანუ სოციალური ინტელექტი სხვა ადამიანთა გაგების, მათი თანაგრძნობისა და მათთან ემოციური რეზონანსის უნარს უკავშირდება. ფსიქოლოგიაში არსებობს ემპათიის ცნება რომლითაც მოიაზრება ადამიანის მიერ სხვათა სულიერ სამყაროში „შთაგრძნობის“ უნარი, როცა არა ოდენ დაასკენი ან

ლოგიკურად დაასაბუთებ სხვისი ქცევის ან ხასიათის თავისებურებებს, არამედ უშუალოდ და ინტუიტიურად სწვდები მას. სოციალური ინტელექტი კომუნიკაბელობასთან არის დაკავშირებული.

– ნატურალისტური, ბუნებაზე ორიენტირებული ინტელექტი. ვისაც უყვარს ბუნება, მცენარეები და ცხოველები, დაინტერესებულია გარემოსეული ეკოლოგიური პრობლემებით, იტაცებს ბალის მოვლა, ბიოლოგიური მეცნიერება, გეოგრაფია, ვიტყვი, რომ იგი ნატურალისტური ინტელექტის მაღალი დონით გამოირჩევა.

– სპირიტუალური (სულიერი) ინტელექტი. ვისაც სურს შეეჭიდოს ეგზისტენციალურ პრობლემებს, პასუხი გასცეს ჩვენი ამ ქვეყნად ყოფნის ფუნდამენტურ კითხვებს, ვინც ცდილობს საკუთარი ძალებით შეიმუშაოს ქცევისა და მოცემულ სიტუაციაში მოქმედების პრინციპები, დაადგინოს ცხოვრების საზრისი, ეძებს საყრდენს არა მხოლოდ ცოდნაში, არამედ უპირველესად რწმენაში და მზადაა რწმენათა ეს სისტემა მთელი არსებით დაიცვას, ის სპირიტუალური ინტელექტის მაღალ დონეს ავლენს.

– პრაქტიკული ინტელექტი. პრაქტიკული ინტელექტი გონიერების ის ნაირსახეობაა, როცა ცოცხალი არსება პირველადი მოთხოვნილებების დასაკმაყოფილებლად ამა თუ იმ ამოცანას წყვეტს და ეს ხორციელდება თვითონ მოქმედების პროცესში, როცა ჩვეული გზით მოქმედებას შედეგი არ მოაქვს და სიტუაციაც თვისობრივად ახალია. პრაქტიკული გონიერება ევოლუციის პროცესში პირველად ანტროპოიდებთან გვხვდება. ადამიანში პრაქტიკული ინტელექტი, ცხადია, გაცილებით უფრო მაღალ დონეზეა წარმოჩენილი. ვისაც უყვარს ხელსაქმე, შეკეთება, ჩხირკედლობა, ნივთების ერთმანეთთან დაკავშირება ან ხელსაწყოს აწყობა და მოქმედებების დროს გადაწყვეტს პრობლემებს, იგი პრაქტიკული ინტელექტის მაღალი დონით ხასიათდება. ასეთი ადამიანი თეორიულ მსჯელობას ამჯობინებს აკეთოს და იმოქმედოს.

ინტელექტის ის ნაირსახეობები, რაც ზემოთ ჩამოვთვალეთ, ყველა ნორმალურ ადამიანში არის მოცემული. ადამიანები იმით განსხვავდებიან თუ რომელი სახეობა და რა ზომით არის წარმოჩენილი ამა თუ იმ პიროვნებაში. ამას გარდა ისიც აღსანიშნავია, რომ ინტელექტის ყველა ეს ნაირსახეობა ექვემდებარება წვრთნასა და განვითარებას. ჩვენზე არის დამოკიდებული თუ რა ფორმაში ვიქნებით ინტელექტის ამა თუ იმ უნარის ფუნქციონირების თვალსაზრისით. ჩვენ შეგვიძლია იგი განვავითაროთ ჩვენივე ძალისხმევით. ამისათვის თავდაპირველად საჭიროა გავარკვიოთ რას ვფლობთ და რის სრულყოფას ვაპირებთ. ინტელექტის

თითოეული სახეობის წვრთნა-განვითარება ბავშვობიდან ზორციელდება. ჩვენი წიგნის მეთოდური ნაწილის სპეციფიკა ის არის, რომ მასში თავმოყრილია ინტელექტის სხვადასხვა სახეობის განმავითარებელი ზერხები და სავარჯიშოები. შესაძლოა მასში ვერ მოხვდა ესა თუ ის მეთოდური ზერხი და საშუალება, მაგრამ ეს წიგნი ღიაა ცვლილებებისა და დამატებებისათვის და ჩვენ არ გვაქვს პრეტენზია, რომ ამომწურავად ყველაფერს შევხებით დასმულ საკითხებთან დაკავშირებით.

რა კავშირშია ინტელექტის ეს მრავალსახეობა შემოქმედებით თვითგამოხატვასთან? ინტელექტუალური მონაცემები ქმნიან შემოქმედებითი თვითგამოხატვის საფუძველს, მაგრამ თავის მხრივ კრეატიულობა ინტელექტუალური შესაძლებლობის გამდიდრებას უწყობს ხელს. მეორეს მხრივ, თუკი ბავშვი, მოზარდი ან ზრდასრული რეგულარულად მიმართავს ინტელექტუალურ სავარჯიშოებს, ეს თვითონ არის საკუთარი შესაძლებლობების ზრდის ან გარდაქმნის შემოქმედებითი პროცესი.

ღირებულებებისა და რწმენათა ღონე

ჩვენ ვაგებთ ჩვენს ცხოვრებას ღირებულებებისა და წინასწარ დაშვებების ან რწმენების საფუძველზე და ეს ქმნის ჩვენი მოქმედებისა და ქცევის მოტივაციურ საფუძველს. ჩვენი ღირებულებები შეიძლება იყოს სამშობლო და პატრიოტიზმი, ოჯახი, სიყვარული და მეგობრობა, თანადგომა და გაჭირვებულის დახმარება, ფული და სიმდიდრე, ძალაუფლება, ესთეტიკური ტკბობა, პიროვნული ზრდა, პროფესიონალიზმი, კონკურენტუნარიანობა, თანამშრომლობა, ახლის ძიება და მოგზაურობა, გართობა და ღროს ტარება, შემოქმედება და კრეატიულობა, სახელი და პატივი, წარმატება, რელიგია, სოლიდარობა, შემეცნება და სიბრძნე და სხვა. ღირებულებებთან შეზრდა და სოციალიზაცია ბავშვობიდან იწყება და იგი ჩვენი ცხოვრების ზერხმალს წარმოადგენს. ღირებულებების ბევრნაირი კლასიფიკაციის ცდა არსებობს და ყველას განხილვას აქ არ შევუდგებით. შემოვიტანთ მარტივ დაყოფას: პოზიტიური და ნეგატიური ღირებულებები. პოზიტიურია ღირებულებები, რომლებიც ადამიანთა პარმონიულ თანაცხოვრებას და სიყვარულს, წინსვლასა და განვითარებას, საზოგადოების სტაბილობას ემსახურებიან: ოჯახი, სიყვარული, თანამშრომლობა, მეგობრობა და ერთობა და სხვა. ნეგატიურია ღირებულებები, რომლებიც ნგრევასა და მტრობას ან შურისძიებას, ან უკანონოდ გამდიდრებას, კანონთა უგულვებელყოფას ითვალისწინებენ.

მაგალითად, კრიმინალურ ჯგუფებს, მაფიას, კორუმპირებულ წრეებს ან „კანონიერ ქურდებს“ თავთავიანთი ღირებულებათა კოდექსი გააჩნიათ, რომლებიც მათ წრეებში იძენს ფასეულობას, როგორიცაა დაუნდობლობა და სისასტიკე, სახელმწიფოს კანონების გვერდის ახვევა, გამდიდრება ყველანაირი საშუალებებით და სხვა. მოზარდთა პოზიტიურ ღირებულებით ორიენტაციაში ამ მეთოდურ სახელმძღვანელოში მოტანილი მეთოდური ხერხები შეიძლება სასარგებლო იყოს აღმზრდელთათვის და სოციალური მუშაკებისათვის.

გარდა ღირებულებებისა ჩვენ გვაპოძრავებს ჩვენი რწმენები ან წინასწარი აქსიომატური დაშვებანი: „ცხოვრება ბრძოლაა“, „ყველას არ უნდა ენდო“, „თუ საკუთარ აზრს გამოთქვამ, დაისჯები“, „ვერავენ ვერ გამიგებს“, „ადამიანი ეგოისტია“, „ღმერთი ყველაფერს ხედავს და ყველას თავისი მიეზღვება“, „მთავარია მოთმინება“, „ბედისწერას ვერ დაუსხლტები“, „ჩვენი ბედი ჩვენს ხელშია“, „სანამ ძლიერი ხარ, პატივს გცემენ, როგორც კი დასუსტდები თავზე მოგაჯდებიან“, „თუ შენ თვითონ არ დაგეგმავ შენს ცხოვრებას და არ გააკეთებ არჩევანს, სხვანი გააკეთებენ ამას შენს მაგიერ“, „სჯობს გვიან, ვიდრე არასდროს“, „მოჩქარეს დაუგვიანდეს“, „რასაც დასთეს, იმას მოიმიკი“, „ცხოვრება გართობა და თამაშია“, „ცხოვრება ტანჯვაა“, „დრო ყველაფრის მკურნალია“, „ფული მთავარია და ფულით ყველაფერს შეიძენ“, „თამბაქო ურთიერთობებში მეხმარება“, „როგორც სხვები, ისე მეც, თორემ დავიჩაგრები“, „შრომა აუცილებლად დაგიფასდება“, „პატიოსნება კარგია, მაგრამ უსარგებლო“, „დიეტა და ჯანსაღი ცხოვრების წესი სასარგებლოა, მაგრამ ერთხელ ვცხოვრობ და სიამოვნება არ მინდა მოვიკლო“, „თუ მომავალს დაგეგმავ, წარმატებას მიაღწევ“, „ხვალემ იფიქროს ზვალისა“ და სხვა მრავალი. თუკი ღირებულებები ჩვენი ცხოვრების ხერხემალია, ჩვენი რწმენები ან საბაზო აქსიომატური დაშვებები კუნთური სისტემაა, რომელსაც მოქმედებაში მოყავს მთელი ჩვენი არსება. თუკი ღირებულებები ჩვენი ცხოვრების გენერალურ სტრატეგიულ ხაზს განსაზღვრავენ, რწმენანი და საბაზო დაშვებები ის ტაქტიკური სვლებია, რომლებსაც ამ სტრატეგიული ხაზის შესაბამისი შედეგებისაკენ მივყავართ. ფსიქოლოგიაში ცნობილია ე.წ. წინასწარმეტყველებითი თვითაღსრულების კანონი, რომლის არსიც შემდეგში მდგომარეობს: საბაზო დაშვებებისა და რწმენების საფუძველზე ვაგებთ ვარაუდსა და მოლოდინს, რომ ეს და ეს ასე და ასე განხორციელდება და ამას ერთგვარი წინასწარმეტყველების სახე აქვს, ხოლო ამის შემდეგ ცნობიერად თუ არაცნობიერად ყველაფერს ვაკეთებთ, რათა ეს

წინასწარმეტყველება განხორციელდეს. სწორედ ჩვენს ქვეყნებსა და მოქმედებას მივყავართ წინასწარმეტყველების ასეთ თვითახდენამდე და არა ბედისწერას ან რაღაც ფატალურ ძალას. ჩვენ თვითონ ვართ ჩვენი ბედისწერის საწყისი პუნქტი და ამდენად ჩვენი არსებობის შემოქმედნი.

შემოქმედებითი აქტივობა ახლის შექმნის პროცესია და იგი არა ოდენ გარეგან შენაქმში ვლინდება, არამედ საკუთარი თავის თვითქმნის პროცესი „მე“-ს ახლებურად და შემოქმედებითად აშენებას ედება საფუძვლად. პიროვნების ღრმა ცვლილებები და შემოქმედებითი თვითგარდაქმნა ღირებულებათა სისტემაში და საბაზო დაშვებების ან რწმენების სფეროში იღებს სათავეს. მაგალითად, ნარკომანმა რომ მართლაც ახალი და ჯანსაღი ცხოვრება დაიწყო, მასში ღირებულებათა და რწმენების სრული გადახალისება და ამოტრიალება უნდა განხორციელდეს. თუ ეს არ მოხდა და სხვადასხვა სამედიცინო და ფსიქოლოგიური მანიპულაციები ჩატარდა, მაგრამ საბაზო დაშვებები და ღირებულებები ხელუხლებლად უცვლელი დარჩა, ნარკომანი ისევ დაუბრუნდება თავის მიჯაჭვებულობას ნარკოტიკისადმი. ასევეა ნევროზების, პრობლემური სიტუაციების დროს: მხოლოდ ძირეული ცვლილებები ღირებულებათა და რწმენათა სისტემაში აპირობებს იმ დიდ შემოქმედებით გარღვევას და გადახალისებას, რაც თვისობრივად ახალი ცხოვრების დაწყებას გულისხმობს.

მოცემულ სახელმძღვანელოში ძალზე ცოტაა ის მეთოდური ხერხები და ტექნიკები, რომლებიც ღირებულებათა და რწმენების დონეზე შემოქმედებითი გარდაქმნისა და თვითგარდაქმნის პროცესს ასახავენ, მაგრამ ვფიქრობთ მომავალში ამ ხაზით ცალკე და ვრცლად მოგვიწვეს მკითხველთან საუბარი.

იდენტობის დონე

საკუთარ თავთან იგივეობა ანუ იდენტობა პიროვნებად ყოფნის ერთობ არსებითი ნიშანია. იდენტობა პიროვნების მრავალწახნაგოვანი წარმონაქმნია და იგი შეიძლება შეიცავდეს სხვადასხვა განზომილებებს: სოციალური სტატუსი, ეთნიკური მიკუთვნებულობა, პროფესიულ, ოჯახურ, მოქალაქეობრივ, ფორმალურ და არაფორმალურ ჯგუფებში მონაწილეობა და საკუთარი ადგილი მასში, ფუნქცია და სოციალური როლი მიკრო და მაკროსოციალურ ურთიერთობათა სტრუქტურაში, ასაკობრივი თავისებურებები, პიროვნული თვისებები, „ვინ ვარ მე“ ან „როგორი ვარ მე“ თვით-დეფინიცია და „მე“-ს განცდა. იდენტობა

გამოიკვეთება როგორც „მე“, „ჩვენ“, „ჩემი“, „ჩვენის“ ფენომენების სახით. მაგრამ გარდა ამისა არსებობს „შენ“ და „შენი“, „ის“ ანუ „სხვა“ („ისინი“) და „მისი“ („მათი“) განზომილებები. იდენტობა სწორედ „მე“-ს შეჯერებას გულისხმობს „ჩვენ“-თან. მეორეს მხრივ, „მე“-ს დიალოგი „შენ“-თან აპირობებს იდენტობის თვითდადგენას, ხოლო „მე“-სა და „სხვანის“ განსხვავებისა და შეპირისპირების მომენტი იდენტობის თვითდამკვიდრების წინაპირობაა. ასევე „ჩემისა“ და „შენის“ შედარება და შეჯერება, „ჩემისა“ და „ჩვენის“ შეპირისპირება „სხვისის“ („მათი“-ს) განზომილებებთან იდენტობას აფუძნებს. ერთის მხრივ იდენტობა თვითკმარ რეალობას გულისხმობს, სადაც „მე“ ან „ჩვენ“ უდრის „მე“-ს ან „ჩვენს“, მაგრამ მეორეს მხრივ ამ „მე“-ს თვითდადგენა სათავეს იღებს „სხვას“-თან („არა-მე“) შედარებაში, შეპირისპირებასა და განსხვავებულობის აღმოჩენაში. ერთის მხრივ თვითკმარობა და მეორეს მხრივ აბსოლუტური არათვითკმარობა იდენტობის პოლუსურად საპირისპირო ნიშან-თვისებებია. გასაზღვრულობის მხრივ იდენტობის ერთი უკიდურესი პოლუსია წინასწარ განსაზღვრულობა და იდენტობის მკაცრი საზღვრები ან ლიმიტები. ასეთებია მაგალითად, „ქართველად დავიბადე, გავიზარდე და ქართველად მოგვედები“, „ქალი ვარ და როგორც ქალს შეპყვრის, ისე უნდა მომექცენ“, „გლახად დავიბადე და გლახადვე მოგვედები“, „ღვენილი (ლტოლვილი) ვარ და ამ ქვეყანაში სამუდამოდ დევნილობა მიწერია“, „ღარიბ ოჯახში გავიზარდე და სულ ლუკმა-პურის ძებნაში ვიქნები“ და სხვა მრავალი. მეორე პოლუსია „ჩემი მოქალაქობა ჩემი არჩევანია“, „მე თვითონ განვსაზღვრე ჩემი პროფესია და ჩემი ბიზნესი“, „მე გადავწყვიტე ეს ოჯახი შემექმნა და ორი შვილის მამა გავმხდარიყავი“, „მე თვითონ შევიცვალე ჩემი სახელი. გვარი და ეროვნება“, „მე მინდა შევიცვალე სქესი“, „ჩემი იმიჯი და ადგილი საზოგადოებაში ჩემივე მონაპოვარია“, „რაც ვარ, ამას ყველაფერს ჩემით მივაღწიე“ და სხვა მრავალი.

რატან ერთი უკიდურესი პოლუსი იდენტობის წინასწარ მოცემულობასა და ხისტ განსაზღვრულობას გულისხმობს, ხოლო მეორე პოლუსზეა საკუთარი იდენტობის თვითდადგენა საკუთარი ძალისხმევის ან შემოქმედებითი თვითშექმნის ხარჯზე, უნდა ჩავთვალოთ, რომ ამ ორ პოლუსს შორის მრავალი გარდამავალი ფორმები არსებობს ადამიანთა რეალურ ცხოვრებაში. ეს ფორმები თავის დროზე მოვიძიეთ და დავადგინეთ მრავალი წლის წინ გამოცემულ შრომებში (ნ. სარჯველაძე, 1989). ამჯერად კი საჭიროა ხაზი გავეუსვათ, რომ ადამიანური შემოქმედების ერთერთი საგანი საკუთარი იდენტობის თვითდადგენის პრო-

ცესიცაა სხვა მრავალ საგანთან ერთად. შემოქმედებითი თვითგამოხატვის აქტის მეოხებით მე შევქმნი არა მხოლოდ ახალ რეალობას ჩემს გარეთ, არამედ თვით ჩემი „მეობაც“ ჩემი შენაქმნია თუ მთლიანად არა, ნაწილობრივ მაინც და ხშირად ძალზე მნიშვნელოვნადაც კი.

ასაკობრივი და განვითარების ფსიქოლოგიის კუთხით იდენტობის სტადიებზე საინტერესო მოსაზრებები ჰქონდა ე. ერიქსონს, რომელმაც მოზარდობის და ჭბუკობის ასაკი განიხილა როგორც იდენტობის ძიების პერიოდი. იდენტობის განვითარების შესახებ საინტერესო მოდელი აქვს შემოთავაზებული ჯ. მარსიას.

ჯეიმს მარსიამ (James Marcia, 1966, 1980, 1993) განავითარა ერიქსონის თეორია და განსაზღვრა იდენტობის ჩამოყალიბების ოთხი განსხვავებული მდგომარეობა, ან ნაირსახეობა. იდენტობის ნაირსახეობებს, ან „იდენტობის სტატუსებს“ წარმოადგენენ: წინასწარი განსაზღვრულობა, დიფუზია, მორატორიუმი და იდენტობის მიღწევა. გარდა ამისა, გათვალისწინებულია გაიარა თუ არა ინდივიდუუმმა გადაწყვეტილების მიღების პერიოდი, რომელსაც იდენტობის კრიზისს უწოდებენ და მიიღო თუ არა მან ვალდებულება განსხვავებული არჩევანის განხორციელებასთან დაკავშირებით, რომელიც ეხება ფასეულობათა სისტემას, ან მომავალი პროფესიული გზის არჩევანს.

მოზარდები რომლებიც იმყოფებიან წინასწარი განსაზღვრულობის სტატუსში, ვალდებულებას იღებენ გადაწყვეტილების პროცესის გავლის გარეშე. მათ აირჩიეს პროფესია, რელიგია, შეხედულებები და იდეოლოგია. თუმცა მათი არჩევანი წინასწარ იყო განსაზღვრული მათი მშობლების ან მასწავლებლების მიერ. ამ შემთხვევაში ზრდასრულობაში გარდამავალი პერიოდი ძალიან მშვიდი და უკონფლიქტოა, მაგრამ ექსპერიმენტირების დონე ძალიან დაბალია.

მოზარდები რომელთაც არ გააჩნიათ მიმართულების შეგრძნება, ან მისი მოპოვების სურვილი, იმყოფებიან დიფუზურობის სტატუსში. ასეთი მოზარდები არ გადიან კრიზისის პერიოდს და მათ არ შეურჩევიათ პროფესიული როლი, ან მორალური კოდექსი. ისინი უბრალოდ გაურბიან ამ პრობლემასთან დაპირისპირებას. ზოგიერთი მათგანი კონცენტრირებულია საკუთარი მოთხოვნილებების წამიერ დაკმაყოფილებაზე; ზოგიერთი მათგანი კი ექსპერიმენტირებს ყოველგვარი მიმართულების გარეშე.

მორატორიუმის სტატუსში მყოფი მოზარდები ან ზრდასრულები იმყოფებიან იდენტობის გახანგრძლივებულ კრიზისში, ან გადაწყვეტილებების მიღების პერიოდში. ამ სტატუსში მყოფი ახალგაზრდობა ჩაძირულია „საკუთარი თავის ძიებაში“.

და ბოლოს იდენტობის მიღწევის სტატუსი არის ის მდგომარეობა, რომელსაც აღწევენ ის პიროვნებები, ვინც იდენტობის კრიზისი დაძლია და მიიღო თავისი პასუხისმგებლობები. მათ თვითონ აირჩიეს საკუთარი სამუშაო და ცხოვრობენ საკუთარი ძალებით ჩამოყალიბებული მორალური კოდექსის მიხედვით. იდენტობის მიღწევა განიხილება როგორც სიმწიფის სტატუსი.

ოჯახის, სკოლის, სამსახურის, საზოგადოების ღონე

ადამიანი საკუთარი თავის რეალიზაციას ოჯახში, საბავშვო ბაღში, სასწავლო დაწესებულებაში, სამსახურსა და საზოგადოებაში ახდენს და აქვე ითვისებს იგი იმ ნორმებსა და ღირებულებებს, რომელთაც შეეზრდება და რომელთა ინტერნალიზაციას (გაშინაგანებას) ახდენს. გარკვეული აზრით ადამიანი დაპროგრამირებულია ოჯახით, სააღმზრდელო და სასწავლო სისტემით, სამსახურის შინაგანაწესითა და ამოცანებით, საზოგადოებრივი აზრითა და ღირებულებებით, ტრადიციებითა და ნორმებით.

მეორეს მხრივ, თვითონ სასწავლო და სააღმზრდელო პროგრამებში შეიძლება იყოს ჩადებული შემოქმედებითი თვითგამოხატვის იმპულსი და შინაარსი. ასეც არის, ყველა კულტურაში კრეატიულობის აღზრდას ეთმობა დიდი ან პატარა ადგილი, იმ სახით თუ ამ სახით და სხვადასხვაგვარი მეთოდებით ხორციელდება იგი. ესეც არ იყოს, შემოქმედებითი თვითგამოხატვის იმპულსი იმანენტურია პიროვნებისათვის და ყველა კულტურაში არის ნიჭიერებათა გამოვლენისა და კრეატიულობის წახალისების მექანიზმი, მაგრამ არსებობს აგრეთვე ლიმიტების დაწესებისა და ბლოკირების, სტანდარტიზაციისა და უნიფიკაციის ტენდენციები და საშუალებები. ადამიანი ბავშვობიდან ჩართულია სხვადასხვა ურთიერთობათა ქსელებში სკოლასა, სამსახურში და საზოგადოებრივ ურთიერთობებში მიკრო და მაკრო სოციალურ ღონეზე. მაგრამ ის არა მხოლოდ ჩართულია, არამედ თვითონ ქმნის ამ ურთიერთობებს, ამყარებს კომუნიკაციას, შეიძენს მომხრეებს და მხარდამჭერებს, რაც ერთგვარი შემოქმედებისა და მისი თვითგამოხატვის პროცესის სახეს იღებს. ქსელების შექმნა, კავშირების გაფართოება, მომხრეთა და მხარდამჭერთა მხარში ამოყენება მნიშვნელოვანი კრეატიული პროცესია. ურთიერთობათა შემოქმედებითი შენება საკმაოდ დიდ ძალისხმევას მოითხოვს. ის, რაც ამ მეთოდურ სახელმძღვანელოშია შემოთავაზებული საგარეოშოთა და

ტექნიკათა კრებული სახით, ე.წ. არაფორმალური სწავლების ფარგლებში უფრო შეიძლება განხორციელდეს, ვიდრე ოჯახურ ან სასკოლო სწავლების ფარგლებში. თანამედროვე სამყაროში კი არაფორმალური სწავლების მომენტს დიდი ყურადღება ეთმობა.

ერის, სახელმწიფოს დონე

ადამიანი ბავშვობიდან ხდება ეროვნებათაშორისი და სახელმწიფოებრივი ურთიერთობების წევრი. აქაც იგი ჩართულია არა მხოლოდ როგორც პასიური მონაწილე, არამედ ამ ურთიერთობათა თავისებური მშენებელი. მოქალაქეობრიობა აქტიური პოზიციის ქონას გულისხმობს, ეს უკანასკნელი კი ალტერნატიული, განახლებადი და ინოვაციური ხედვების შემუშავებას ეფუძვნება, რაც შემოქმედებითი თვითგამოხატვის პროცესია.

კაცობრიობის, საერთაშორისო ურთიერთობათა დონე

ადამიანი არა ოდენ თავისი ოჯახის, ერისა და სახელმწიფოს შვილია, არამედ კაცობრიობის შვილიცაა. არსებობს ჩვენი ეგზისტენციალური ვითარების საკაცობრიო დონე, რაც სულაც არ არის აბსტრაქცია და განყენებული ან უსაგნო რამ. ადამიანს ეძლევა შანსი მიიღოს მონაწილეობა მრავალ საერთაშორისო პროექტში, სხვადასხვა საერთაშორისო კორპორაციის თანამშრომელი გახდეს, შექმნას საერთაშორისო ქსელები, მიიღოს მონაწილეობა საერთაშორისო კონფერენციებში, ეზიაროს ამა თუ იმ საერთაშორისო სტანდარტებს, მიმართოს საერთაშორისო სამართალის სუბიექტებს, ეზიაროს საკაცობრიო ღირებულებებს. ესეც შემოქმედებითი თვითგამოხატვის პროცესია და გლობალიზაცია თავისი ინტერნეტის პროცესით და ინტენსიური კავშირგაბმულობის სისტემით კრეატიულ ვითარებაში აყენებს თითოეულ ინდივიდს, რათა თავი დაიმკვიდროს მეგასტრუქტურებში.

ადამიანის მიმართებათა სისტემა არ მთავრდება მიკრო და მაკრო-სოციალური გარემოთი, სახელმწიფოსა და საერთაშორისო ურთიერთობებით, იგი კოსმოსის და უნივერსუმის ნაწილია და წარსდგება არა მხოლოდ ქვეყნის ან ადამიანების წინაშე, არამედ უფლის და სამყაროს პირველსაწყისის, უზენაესი უნივერსალური პრინციპების, ვარსკვლავებით მოჭედილი ცის წინაშე. ადამიანი ქმნის კოსმოგონიურ სისტემებს, მითებსა და რელიგიურ ტრაქტატებს, ფილოსოფიურ ტექსტებს, პოეზიისა და კოსმიური მუსიკის ნაწარმოებებს, სადაც სამყაროს არსის ძიებაა გადმოცემული. რიგითი პიროვნებაცაა ამ პროცესში ჩართული და გენიოსიც, ყველა თავისი ღონის შესაბამისად. ასეთი კოსმიური და სამყაროული ზედვები კრეატიული ბუნებისაა, ადამიანისაგან ტრანსცენდირების უნარს მოითხოვს და სულიერებას ამკვიდრებს. თვით პატარა ბავშვიც კი გადმოსცემს სამყაროს აგებულებას სპონტანური ხატვა-ჯღაბნის ღროს. ფრანგმა ფსიქოანალიტიკოსებმა ოლივიე და ვარენკა მარკმა აჩვენეს თავის შესანიშნავ გამოკვლევაში ბავშვთა სპონტანური შემოქმედებითი პროდუქციების – ნახატების ანალიზისას, რომ უკვე ერთი წლის-ჩაჩეერის ბავშვის სპონტანური ნაჯღაბნი სულაც არ არის ნაჯღაბნი და თუ ყურადღებით დავაკვირდებით, მათში შეიძლება ამოვიკითხოთ გალაქტიკების სურათი, სამყაროს სპირალური აგებულება ან ბავშვის ნაყოფის ყოფნა დედის მუცელში. ავტორები ამაში დაარწმუნა ასობით ბავშვთა ნახატების ანალიზმა. ამით დასტურდება, რომ სამყაროს გაგებისა და წვდომის ადგილსამყოფელი და ორგანო გონება და ინტელექტი კი არ არის მხოლოდ, არამედ ადამიანის მთელი შინაგანი არსებაა ასეთი გაგების წყარო. სოკრატე-პლატონის თვალსაზრისი, რომ ცოდნა თანშობილია და მისი გარეთ გამოტანა და აქტუალიზაცია თვითგამოხატვის სხვადასხვა ხერხებს შეიძლება დაეფუძვნოს, ამის ნათელი ნიმუშია. თვითონ სოკრატე ე.წ. ბებია-ქალის („მაიევტიკის“) მეთოდს მიმართავდა, რაც გულისხმობდა ისეთი სახის დიალოგის წარმართვას პიროვნებასთან, რომელიც მასში არსებულ ცოდნას „მოამშობიარებინებდა“ და გამოახატვინებდა საკუთარ მიგნებებს ერთგვარი ინტელექტუალური ძალისხმევის ხარჯზე. ცნობილია, თუ როგორ დაამტკიცებინა სოკრატემ II წლის წერა-კითხვის უცოდინარ ყმაწვილს პითაგორას სხვადასხვა გეომეტრიული თეორემები. მაგრამ შინაგანი ცოდნისა და მსოფლგაგების გარეგამოვლენა სხვა თვითგამოხატვის მეთოდებითაც შეიძლება: ხატვით, როლების თამაშით, არტთერაპიული

საშუალებებით, ისტორიებისა და ზღაპრების შეთხზვით, პროექციული მეთოდებით („რორშახი“, „თემატური აპერცეპციის ტესტი“) და სხვა.

ამგვარად, თავისი არსებობის ყველა დონეზე პიროვნება შემოქმედებით თვითგამოხატვას ესწრაფვის და ახერხებს. და მაინც სად და რაშია შემოქმედებითი თვითგამოხატვის უნივერსალური წყარო? დ. უზნაძე თელის, რომ ეს წყარო ფუნქციონალური ტენდენციაა, ანუ ა. ბერგსონის *elan vitale*-ის არ იყოს, ეს ის სასიცოცხლო იმპულსია, რომელიც სათავეს რაიმე უტილიტალური მოთხოვნის დაკმაყოფილებაში კი არ იღებს, არამედ თვითაქტივობის სპონტანურ შინაგან ძახილში, სადაც ეს უკანასკნელი თვითმიზანიცაა და თვითძრავიც.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვა და ბავშვის ბანკითარება

ამჯერად შევეცადოთ მახვილი დავსვათ კითხვაზე: რა ადგილი აქვს შემოქმედებით თვითგამოხატვას ბავშვისა და მოზარდის ცხოვრებასა და განვითარებაში? ერთნი იტყვიან ბავშვი თავისუფალ და სპონტანურ ძალთა განვითარების შედეგად და შემოქმედებით თვითგანვითარებას უზარმაზარ ადგილს მინიჭებენ, ხოლო მეორენი ხაზს გაუსვამენ, რომ ბავშვი აღზრდის პროცესში უნდა მოექცეს გარკვეულ ჩარჩოებსა და რეჟიმში, დაეუფლოს „ტრადიციულ ქცევას“ და პიგიწურ ჩვევებს, დაუჯეროს უფროსსა და ხელი არ მოჰკიდოს სიცოცხლისთვის საშიშ საგნებს, ისწავლოს იმპულსებისაგან თავშეკავება და მოთმინება, გადაეჩვიოს მავნე ჩვევებს, ისწავლოს და დაიხეპიროს ისტორიები ან ლექსები, რომელთაც მშობლის ან აღმზრდელის ნებით წაიკითხავს იმათ თანდასწრებით, რასაც უფროსთა გარემო მოითხოვს და ასე შეიძლება ჩამოვთვალოთ სხვა უთვალავი მოთხოვნები. აქ მსჯელობის ორი უკიდურესად საპირისპირო პოლუსია: ერთის მხრივ, ბავშვის თავისუფალ ძალთა სპონტანურ-შემოქმედებითი თვითგამოხატვის იმპულსები და, მეორეს მხრივ, ბავშვის სრული განპირობებულობა აღმზრდელობითი გარემოს მკაცრად სტრუქტურირებული პროგრამების მეოხებით. შესაძლებელია იშვიათად, მაგრამ მართლაც არსებობს ის ვარიანტები აღზრდისა, როცა იგი ამ რადიკალურად საპირისპირო რეჟიმებში მიმდინარეობს: ან სრული თავისუფლება მიეცემა ბავშვის სპონტანურ თვითგამოხატვას და ეს იმის ხარჯზე, რომ იგნორირდება ჩარჩოში ჩასმის ან რეჟიმის და ლიმიტების მნიშვნელობა, ან კიდევ ბავშვის სრული „წვრთნა“ („მუსტრა“) და დაპროგრამება სპონტანური შემოქმედებითი იმპულსების ჩახშობის ხარჯზე ხორციელდება. ორივე ამ უკიდურესად საპირისპირო აღმზრდელობით სტრატეგიას თანაბრად უარყოფითი შედეგები მოაქვს, რაზეც ამჯერად სპეციალურად ვერ შევჩერდებით. სამაგიეროდ გვსურს შემოვთავაზოთ შედარებით უფრო სრული სია ვარიანტებისა, რაც შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და აღმზრდელობითი გარემოს გადაკვეთაზე არსებობს.

იმისათვის, რომ არსებულ მრავალფეროვნებას ჩავწვდეთ, ჯერ აღმზრდელობითი გარემოს უკიდურესად გამოკვეთილ სახეობებს მივუთითოთ მისი სტრუქტურირების ხარისხის მაქსიმუმისა და მინიმუმის თვალსაზრისით. ამ მხრივ ერთმანეთისაგან გაეარჩიოთ მაქსიმალურად სტრუქტურირებული და მინიმალურად სტრუქტურირებული აღმზრდე-

ლობითი გარემო. მაქსიმალურად სტრუქტურირებული აღმზრდელობითი გარემო ხასიათდება იმით, რომ აქ მოთხოვნები, რომლებიც ბავშვზეა მიმართული, მკაცრად დადგენილია; როლები მკაცრად გაწერილია, ბავშვსა და მშობელს (ზრდასრულს) შორის დისტანცია ხაზგასმულია; ბავშვის ქცევა წახალისდება მაშინ, როცა მშობელთა და აღმზრდელთა მოთხოვნებს პასუხობს და შეესაბამება, ხოლო დაისჯება, როცა ეს მოთხოვნები არ სრულდება ბავშვის მიერ. მინიმალურად სტრუქტურირებულ გარემოში ბავშვის ქცევა თვითდინებაზეა მიშვებული, მისდამი მოთხოვნები არ არის მკაცრი და პირიქით ლოიალურია. უკიდურესი გამოვლენა მინიმალურად სტრუქტურირებული გარემოსი ბავშვისადმი სრულ უკონტროლობასა და უწყურადღებობაში ელინდება. ასე და ამდაგვარად, ბავშვის აღმზრდელობითი გარემო საპირისპირო პოლუსების თვალსაზრისით ორად შეიძლება დაიყოს: მაქსიმალურად სტრუქტურირებული და მინიმალურად სტრუქტურირებული გარემო.

ამჯერად ბავშვის ქცევები დავყოთ პოლუსებად იმისდა მიხედვით სპონტანურია და შემოქმედებით თვითგამოხატვაზეა ორიენტირებული ქცევა თუ ჩარჩოში ჩასმულია და გარემოს მოთხოვნების მიხედვით არის დისციპლინირებული და დაშტამპული. პირველ შემთხვევაში ბავშვის სპონტანური და შემოქმედებითი აქტივობაა ხაზგასმული და იგი შეიძლება გამოვლინდეს თამაშში, ხატვასა და ძერწვაში, სიმღერასა და კონსტრუქციების აგებაში, ისტორიების შეთხზვასა და სხვა ნებისმიერ კრეატიულ ქცევებში. ჩარჩოში ჩასმული ქცევები გულისხმობს ბავშვის დამჯერობას, დამყოლობასა და უფროსების მოთხოვნების აღსრულებაზე ორიენტაციას, დისციპლინირებულობას და დავალებული მოქმედების შესრულებისკენ მიდრეკილებას, ნორმატულობას.

თუკი აღმზრდელობითი გარემოს და ბავშვის ქცევების ზემოთაღნიშნულ პოლუსებს ერთმანეთთან შევაჯერებთ, მივიღებთ 4 თვისობრივად განსხვავებულ ნაირსახეობას და ვარიანტს, რომელთა ცალ-ცალკე დახასიათება საგულისხმო საქმეა.

	სპონტანური კრეატიული ქცევა	ჩარჩოში ჩასმული ქცევა
მაქსიმალურად სტრუქტურირებული გარემო	1. ბავშვი შემოქმედებით თვითგამოხატვას ახდენს მაქსიმალურად სტრუქ - ტურირებულ გარემოში	2. ბავშვი „დაშტამპუ- ლად“ იქცევა მაქსიმალურად სტრუქ - ტურირებულ გარემოში
მინიმალურად სტრუქტურირებული გარემო	3. ბავშვი შემოქმედებით თვითგამოხატვას ახდენს მინიმალურად სტრუქტურირებულ გარემოში	4. ბავშვი დაშტამპულად იქცევა მინიმალურად სტრუქტურირებულ გარემოში

**ვარიანტი 1: ბავშვი შემოქმედებით თვითგამოხატვას ეწევა
მაქსიმალურად სტრუქტურირებულ აღმზრდელობით გარემოში**

ასეთი სიტუაცია სრულიადაც არ არის ჰიპოტეზური, პირიქით, იგი საკმაოდ რეალურია, თუმცა შეიძლება არ იყოს ყოველად გავრცელებული. ეს ის იდეალური ვარიანტია, როცა აღმზრდელობითი გარემო მომთხოვნია და მკაცრად გასაზღვრულია ბავშვისადმი მიდგომაში, მაგრამ ეს იმის ხარჯზე კი არ ხდება, რომ უგულვებელყოფილია ბავშვის სპონტანურ-შემოქმედებითი იმპულსები და აქტივობა. პირიქით, ასეთ აღმზრდელობით გარემოში სპონტანურ-შემოქმედებითი თვითგამოხატვა მაქსიმალურად სტრუქტურირებული მოთხოვნების და შექმნილი პირობების კონტექსტში ძეგს. აქ შემოქმედებითობის აღზრდა იმდენად კულტივირებულია, რომ აღმზრდელობითი ზემოქმედების იმპერატივადაც კი შეიძლება იქცეს. აქ გარემოს მკაცრად განსაზღვრული და სტრუქტურირებული მოთხოვნები არა მხოლოდ ბავშვის დისციპლინირებულობას, უფროს-უმცროსის როლების დაცვას, ამა თუ იმ ეტიკეტის ან ქცევის მანერის და წესების უყოყმანოდ განხორციელებას ეხება, არამედ სპონტანურობასა და კრეატიულობასაც. რაგინდ ლოგიკურად წინააღმდეგობრივი არ მოგეჩვენოთ, აქ სხვა „იყავი“-სთან ერთად შეიძლება ჟღერდეს მაქსიმა: „იყავი სპონტანური“. და ბავშვი რამდენადაც უფრო ავლენს წარმატებებს შემოქმედებითი თვითგამოხატვის თვალსაზრისით, მით უფრო წახალისდება იგი, მით მეტ შექებასა და აღიარებას პოულობს, მაგრამ შეიძლება

გარემომ გაზარდოს მოლოდინები მისი შემოქმედებითი წარმატებების ხარისხისა და ღონის მისამართით. საბოლოო ჯამში შეიძლება ქვეტექსტში ასეთ პატარა არსებას სამომავლოდ მისი შესაძლებლობების მაქსიმალურ ზღვარზე გასვლა მოეთხოვოს. აქ კი სამომავლოდ ტრაგიზმის განცდა გარდაუვალი ზღემა, რადგან უკიდურესი მაქსიმალიზმი კრეატიულობაში ბედისწერულად ტრაგიკულია. კაცობრიობის ბევრმა გენიოსმა ბავშვობა ამ რეჟიმში გაატარა, რისი ნათელი ნიმუშიც გენიალური მოცარტი. მისი უკიდევანოდ დიდი შემოქმედება ნაყოფია არა მხოლოდ განუსაზღვრელი ტალანტის, არამედ მამამისის აღმზრდელობითი სტილის, რომელიც სასტიკად სტრუქტურირებული და ტრაგიკულად მომთხოვნი იყო ზოგადად და პირველ რიგში კი სწორედ შემოქმედებითობის თვალსაზრისით. გაცილებით ზომიერი და მსუბუქი მაგალითები ამდაგვარი ვარიანტისა უხვადაა ცხოვრებაში და თქვენთვის მომინდვია, მკითხველო, მიმოიხედოთ თქვენს ირგვლივ ცხოვრებაში და მოიძიოთ ისინი.

ვარიანტი 2: ბავშვი „დაშტამპულად“ იქცევა მაქსიმალურად სტრუქტურირებულ გარემოში

ამ შემთხვევაში ბავშვის ქცევა სრულად მისადაგებულია აღმზრდელობითი გარემოს მკაცრად სტრუქტურირებულ მოთხოვნებთან და ეს ზღემა იმის ხარჯზე, რომ კრეატიულ-საონტანური აქტივობები მეტად ლიმიტირებულად ვლინდება. ბავშვი უკიდურესად დამჯერია, ზედმეტად მოწესრიგებულია და კარგად ასრულებს დავალებულ ქცევას, სამაგიეროდ ნაკლებად ავლენს ინიციატივას, ყოველთვის ორიენტირებულია ზრდასრულისგან ნებართვის აღებაზე, მორიდებულია და ბლოკირებულია კრეატიული თვითგამოხატვის თვალსაზრისით, იგი ნაკლებად გააჟღერებს საკუთარ აზრებს და ფანტაზიებს, სამაგიეროდ მასში ჭარბობს „რეალობის პრინციპი“ და „დაშტამპული“, უფროსისაგან გადმოდებული აზრების გამეორება. ასეთი ბავშვი გულმოდგინე და ბეჯითი შეიძლება იყოს, იგი ნაადრევად დასერიოზებულია, იგი შეიძლება თითოთ საჩვენებელიც კი იყოს და უფროსებმა შეიძლება სხვა ბავშვებს მოუწოდონ მას მიბადონ დამჯერობასა და გულმოდგინებაში. ასეთი ბავშვის ორიენტაციის საგანი თანატოლი კი არაა, არამედ ზრდასრული. ზშირად ხალხისთა ზის უფროსთა გარემოცვაში, უსმენს მათ, აკვირდება, ითვისებს დიდების ჩვევებს.

ვარიანტი 3: შემოქმედებითი თვითგამოხატვისკენ სწრაფვა მინიმალურად სტრუქტურირებულ აღმზრდელობით გარემოში

აქ საუბარია კრეატიულად მომართულ ბავშვზე, რომელსაც გარემოსეული შეზღუდვები არ აწუხებს, იგი თვითდინებაზეა მიშვებული და laissez-faire პრინციპზეა მისი გარემო აწყობილი, სადაც ძირითადი პრინციპია „რაც სურს, ის აკეთოს“. უკიდურესი გამოვლენა ამ ვარიანტისა არის, როცა ბავშვი სრულიად უყურადღებოდ და უკონტროლოდ იზრდება, რადგან უფროსებს მისთვის ან არ სცალიათ ან მიაჩნიათ, რომ უკიდურესი თავისუფლება გაცილებით ეფექტურია, ვიდრე შეზღუდვები. მოზარდის კრეატიულობა შეიძლება კალაპოტიდან ამოვარდნილი იყოს, ერთი საგნიდან და სფეროდან მეორეზე გადახტეს; იგი შეიძლება დიდ ნიჭიერებას ავლენდეს, მაგრამ ფოკუსირების ხარისხის სისუსტის გამო გაიფლანგოს საჭირო დრო და პიროვნული რესურსები. იმავდროულად ამ თვისებების მქონე მოზარდი ვერ უძლებს უმცირეს დაბრკოლებას, ცდილობს გაიადვილოს ყველაფერი და პედონისტურად არის ორიენტირებული, რათა გაერთოს, გაიიოლოს ყველა მოთხოვნილების დაკმაყოფილება, იმპულსურია და არათანმიმდევრული. როგორც კი იგი სირთულეს დაეჯახება, პრობლემის გადაწყვეტასა და სირთულის გადალახვას კი არ ცდილობს, არამედ ახალ რაიმეზე გადართვას, რაც უფრო ადვილად მოუტანს სარგებლობას.

ვარიანტი 4: ბავშვი „დაშტამპულად“ იქცევა მინიმალურად სტრუქტურირებულ გარემოში

ეს არის ქცევის საკმაოდ გავრცელებული ვარიანტი სილატაკისა და ქუჩის პირობებში მაცხოვრებელი ბავშვების ცხოვრებაში. ბავშვებს, რომლებიც ქუჩაში მათხოვრობით და წვრილმანი საქმიანობით უწევთ გადარჩენის ამოცანის გადაწყვეტა, ქცევის საკმაოდ პრიმიტიული, დაშტამპული და რუტინული რეპერტუარი აქვთ. ისინი სწავლის პროცესებს მოკლებული არიან, მათთან სპეციალურად არავინ მუშაობს, რათა ხატონ, იმდერონ ან ძერწონ ან სხვა რაიმე კრეატიული ამოცანები შეასრულონ, მათ მხოლოდ ფულის გამოძევა ევალებათ, სხვა მხრივ მათდამი მოთხოვნები რაიმე სტრუქტურით და თანმიმდევრულობით არ გამოირჩევა. მხოლოდ არასამთავრობო ორგანიზაციები ან საქველმოქმედო ფონდები ანხორციელებენ მათთან დრო და დრო სწავლა-განმანათლებ-

ლურ პროგრამებს და ისიც ქუჩის ან ბავშვთა სპეციალიზირებული სახლების პირობებში. ბავშვი ალალ-ბელს არის მინდობილი, იგი მზრუნველობას მოკლებულია და შესაბამისად თვითდინებაზეა მიშვებული. ბევრი ამისთანა ბავშვის სამომავლო პერსპექტივა აშკარად პესიმისტურია.

ისმის კითხვა: ჩამოთვლილი ვარიანტებიდან ბავშვთა რომელი კატეგორიები საჭიროებენ სპეციალურ კრეატიულ და შემოქმედებითი თვითგამოხატვის პროგრამებს? ცხადია, რომ პირველ ვარიანტში მოაზრებული ბავშვთა კატეგორია ისედაც ახდენს კრეატიული უნარების სპონტანურ განვითარებასა და გამოხატვას კარგად სტრუქტურირებულ აღმზრდელობით გარემოში და მათთან სპეციალური პროგრამების განხორციელების საჭიროება არც კი დგას. ერთადერთი რამ, რასაც შეიძლება ჰქონდეს ღირებულება, ესაა ამდაგვარ ბავშვს თუ ჩავრთავთ წიგნის მეორე ნაწილში მოტანილ სავარჯიშოებში, რათა კრეატიულობის რეპერტუარი გაზარდონ ან კიდევ თუკი ბავშვს სურს მომავალში გახდეს ტრენერი კრეატიულობის სფეროში. დანარჩენი 3 ვარიანტის შესაბამისი კატეგორიის ბავშვებთან დიფერენცირებულად უნდა იქნას გამოყენებული კრეატიულობის პროგრამები და ამ წიგნში მოცემული სავარჯიშოები. კერძოდ, გამოსაყოფია ის კონკრეტული მიზანი, რისი მიღწევაც სასარგებლო იქნებოდა თითოეული კატეგორიის ბავშვებისათვის.

ავიღოთ მეორე ვარიანტი: ბავშვი „დაშტამპულად“ იქცევა მაქსიმალურად სტრუქტურირებულ გარემოში. იგი სრულიად მოწესრიგებულია, სამაგალითოდ დამჯერია; რეალობის პრინციპს არ ანაცვალებს სიამოვნების პრინციპს, მაგრამ დოგმატურია; არ უვითარდება ალტერნატიული ხედვებისა და მოქმედებების უნარი; ინსაიტები და უეცარი ინტუიტიური აღმოჩენები მისთვის უცხოა. ასეთ ბავშვთან კრეატიული პროგრამების ჩატარების ძირითადი მიზანი სწორედ ალტერნატიული ხედვების დაშვებით, ინსაიტების უნართა გამოუმუშავებით, სპონტანურობის სათანადო ხარისხის ზრდით განისაზღვრება. ამ წიგნში მოტანილი სათანადოდ შერჩეული სავარჯიშოები და ტექნიკები დაგვეხმარება აღნიშნული კატეგორიის მოზარდების პიროვნული ზრდის ხელშეწყობაში.

ამჯერად ავიღოთ მესამე ვარიანტი: შემოქმედებითი თვითგამოხატვისკენ სწრაფვა მინიმალურად სტრუქტურირებულ აღმზრდელობით გარემოში. ამ კატეგორიის ბავშვები მაქსიმალურად ავლენენ თავიანთ სხვადასხვა კრეატიულ უნარებს, მაგრამ ნაკლებად ახასიათებთ სისტემატურობა, გულმოდგინება, სირთულეთა დაძლევის უნარ-სურვილი. ისინი ბევრ რამეს მიედ-მოედებიან, სწრაფად სწავლობენ, მაგრამ ნაკლებად ცდილობენ კალაპოტში ჩააყენონ თავიანთი შესაძლებლობები. ასეთ

ბავშვებთან საჭიროა იმ მიზნის დასახვა, რომ მათ ისწავლონ შემოქმედებითი იმპულსებისა და ჩანაფიქრების სათანადო კალაპოტში ჩასმა, მიზანდასახული მოქმედება, სირთულეთა გათვალისწინება და დაძლევის მექანიზმების ათვისება.

დაბოლოს ავიღოთ მეოთხე ვარიანტი: ბავშვი „დაშტამპულად“ იქცევა მინიმალურად სტრუქტურირებულ გარემოში. აქ ლაპარაკია მზრუნველობას მოკლებულ ან თვითდინებაზე მიშვებულ ბავშვებზე, რომლებიც გადარჩენის ამოცანებიდან გამომდინარე მიბმული არიან ქცევათა დაშტამპულ, რიგიდულ, დოგმატურ, სტერეოტიპულ რეპერტუართან. ვინ იცის რაოდენ დიდი შემოქმედებითი პოტენციალია ამ ბავშვებში ჩამარხული და როგორც ანტუან დე სენტ-ეგზიუპერი იტყოდა: „იქნებ ამ პატარა ბავშვში მოცარტი მოკვდა“. არტთერაპიისა და შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიების ჩატარება საშური საქმეა ამ კატეგორიის ბავშვებთან და ჩვენს სახელმძღვანელოში მოტანილი ბევრი სავარჯიშო უკვე აპრობირებულია ამ სფეროში.

შემოქმედებითი თვითგაგონატივა და ტრავმის დაძლევა

ტრავმა ცხოვრების შემადგენელი ნაწილია. ზ. ფროიდის ერთერთი საინტერესო თანამოაზრე ოტო რანკი თვლიდა, რომ თვითონ დაბადება წარმოადგენს ტრავმას იმ გაგებით, რომ ნაყოფი ტოვებს დედის მუცლად ყოფნის გარანტირებულ და აბსოლუტურად კომფორტულ სამყაროს. შესაბამისად ამისა, იგი დაბადებითა და წვალებით და პირველადი ამოყვრებით შემოდის ამ ცხოვრებაში, რომელიც მოულოდნელობებით, საფრთხეებითა და რისკებით არის აღსავსე. ამას ო. რანკმა დაბადების ტრავმა უწოდა. სტანისლავ გროფი კიდევ უფრო ღრმად წავიდა და ტრავმატული გამოცდილების საწყისი პუნქტები დაინახა პრენატალურ პერიოდში. ნაყოფი დედის მუცლად ყოფნის პერიოდში გაივლის ედემის, თავდასხმის, ბრძოლისა და პოსტ-დაბადებით სტადიებს. ედემის სტადიაში ნაყოფი იმყოფება გარანტირებულ და აბსოლუტურად კომფორტულ სასიცოცხლო სამყაროში, როცა ყველა მისი მოთხოვნილება მანამ არის დაკმაყოფილებული, სანამ იგი აღმოცენებულა. ეს არის სიმბიოზური მდგომარეობა, სადაც ნაყოფი მთლიანად მიერთებულია და შერწყმულია დედის ორგანიზმთან. ამიტომაც ნაყოფისთვის ტრავმატული იქნება ყველა ის დიდი საბედისწერო დარტყმები, რაც დედამ შეიძლება მიიღოს ორსულობის მდგომარეობაში: ჯანმრთელობის მძიმე დარღვევები, მძიმე და სასიცოცხლო საფრთხის შემცველი სტრესები და ქრონიკული ნერვიულობა, მოულოდნელი სიკვდილიანობა ან კატასტროფები, ეკოლოგიურად საშიში პროდუქტების მიღება ან შიმშილობა. როცა დედა დიდი ტრავმატული დარტყმების ქვეშ იმყოფება ორსულობის პერიოდში, ეს გავლენას ახდენს ედემის პერიოდში მყოფ ნაყოფზე და ნაცვლად უსაფრთხოებისა და დაცულობისა სამყარო მას სთავაზობს ამქვეყნად არსებობის საფრთხისა და დაუცველობის მატრიცას. ამ პერიოდის ნაყოფი (5 – 9 თვისა) ითვისებს განწყობას, რომ ყოფნის საძირკველში არა დაცულობა და გარანტირებულობა ძევს, არამედ დაუცველობა და საფრთხე. ეს განწყობა კიდევ უფრო ძლიერდება თავდასხმის სტადიაში, როცა დედის ორგანიზმი იწყებს წინარე-შმობიარობის ჭინთვებს, რათა ნაყოფი გამოაგდოს „ედემიდან“. ჭინთვების ფაზაში ნაყოფი გრძნობს მოჭერას, შეზღუდვას, არაკეთილგანწყობილ დამოკიდებულებას, თავდასხმისა და გარდაუვალი საფრთხის არსებობას. თუკი ეს მდგომარეობა დიდხანს გაგრძელდა, იგი ქმნის შეზღუდვის, ზუთვის, კატასტროფული საფრთხის მატრიცას. ბრძოლის სტადიაში, რომელიც

მშობიარობის პროცესში მიმდინარეობს, მთავარია ის, რომ დედის ორგანიზმში და ნაყოფი ერთობლივი ძალისხმევით შენთან ერთად ცდილობენ, რომ ბავშვი დაიბადოს და დაიწყოს თვისობრივად ახალი ცხოვრება. აქ 4 ვარიანტი შეიძლება გამოიყოს: 1) დროში გახანგრძლივებული და მძიმედ, რთულად მიმდინარე დაბადების პროცესი, 2) დროის თვალსაზრისით ზომიერად, სირთულის თვალსაზრისით ნორმალურად მიმდინარე პროცესი, 3) დროში ძალიან სწრაფად მიმდინარე და ძალიან ადვილი, მსუბუქი პროცესი, 4) საკეისრო ოპერაციის შედეგად მიმდინარე დაბადების პროცესი. თითოეული ვარიანტი თავის დაღს ასვამს ადამიანის არსებას. პირველი ვარიანტის დროს, როცა დაბადების პროცესიც გახანგრძლივებულია და იგი სირთულის ხარისხის მიხედვითაც მძიმედ მიმდინარეობს, ბავშვში ყალიბდება განწყობა, რომ ცხოვრება მძიმე ბრძოლაა და გადარჩენისათვის დიდი ძალისხმევა უნდა დახარჯო, მიზანს მხოლოდ დიდი ბრძოლით მიაღწევ და არაფერი არ მოგეცემა ძალისხმევის გარეშე. მეორე ვარიანტი აყალიბებს ბრძოლისუნარიანობას მის ზომიერ ვარიანტში. მესამე ვარიანტი აყალიბებს განწყობას, რომლის თანახმადაც ცხოვრება ადვილია, არ არის აუცილებელი, რომ დახარჯო განსაკუთრებული ძალისხმევა, რათა მიაღწიო მიზნებს. მეოთხე ვარიანტი, რომელიც საკეისროთი დაბადებულ ადამიანებს ეხება, აგრეთვე აყალიბებს ადვილი და მსუბუქი, უბრძოლველი მსოფლშეგრძნების შესაბამის განწყობას.

და მაინც: რა კავშირია დაბადების ტრავმასა ან პრენატალური პერიოდის ტრავმატულ გამოცდილებასა და შემოქმედებით თვითგამოხატვას შორის? ეს საკითხი, ერთის მხრივ, მარტივ პასუხს გულისხმობს: ნებისმიერი შემოქმედებითი პროცესი ახლის დაბადების პროცესია, დაბადება და შემოქმედება ანალოგიური პროცესებია. ისევე, როგორც დაბადებას აქვს თავისი ტრავმატული მხარე, შემოქმედებაც ტრავმატულია იმ გაგებით, რომ იგი შემოქმედებით წვასა და ტკივილებთან არის დაკავშირებული. როგორც დაბადებისას ხდება ჭიპლარის მოჭრა და თვისობრივად ახალ სიერცესა და პირობებში ცხოვრების დაწყება, შემოქმედებითი აქტის დროსაც თვისობრივად ახალი რეალობა იქმნება, რომელიც ჩვეულ სტერეოტიპებს ან გარანტირებულ, დაცულ და კომფორტულ პირობებს სარისკო სიტუაციაში აყენებს. შემოქმედება თავისი ნამდვილი სახით არ არის ძველის განმეორება რაგინდ ჭკვიანური და გემოვნებით ან ესთეტიკურად გამართული არ უნდა იყოს იგი. განმეორება განმეორებაა და არა შემოქმედება. შეიძლება ცუდი მაგალითია, მაგრამ მსჯელობა, რომ $2+2=4$ სწორია, ჭეშმარიტია,

ათასჯერ განმეორებადია და უდავოა, მაგრამ სწორედ ამიტომ იგი არაშემოქმედებითი მსჯელობაა. შემოქმედებას რეალობის გარდა აქვს თავისი ვირტუალური ასპექტი, ისევე როგორც დაბადება ფაქტიცაა და ვირტუალური რეალობაცაა. ფაქტია იმ მხრივ, რომ ბავშვი რეალურად მოველინა ამ ქვეყანას, მაგრამ თუ ვინ და როგორი ადამიანი მოველინა, როგორი იდენტობა ექნება მას და რა თვისებებს გამოავლენს, ეს მომავალში ქმნადობის პროცესში უნდა გამოჩნდეს და ამდენად ეს უკვე ვირტუალური რეალობის სახითაა მოცემული. თუ ვინ და როგორი პიროვნება იქნება ეს დაბადებული პიროვნება, ეს არა მხოლოდ გარემო პირობებზეა დამოკიდებული, არამედ იმაზეც, რომ პიროვნება თავის არსებას თვითონ ქმნის და ამ აზრით იგი საკუთარი ცხოვრების შემოქმედია. შემოქმედება საგნობრივად არა მხოლოდ გარე სამყაროს ეხება, არამედ ჩვენი „თვითონი“-ც შემოქმედების და არჩევანის ნაყოფია. რომ შევაჯამოთ ჩვენი მსჯელობა, კავშირი დაბადების ფენომენსა და შემოქმედებით თვითგამოხატვას შორის ნათელია და ბევრი მეთოდი, რომელიც ტრავმის დაძლევისა და პიროვნულ ზრდაზეა ორიენტირებული, ე.წ. ხელახლა-დაბადების მოდელით ხორციელდება. ხელახლა დაბადების მოდელის ყველაზე მკაფიო მაგალითი კაცობრიობის აზროვნების ისტორიაში იყო დიალოგის სოკრატესული მეთოდი, რომელიც მაიევტიკის სახელწოდებითაა ცნობილი. სოკრატე თვლიდა, რომ ახალი ცოდნა უნდა დაიბადოს პიროვნებაში, ხოლო თვითონ დიალოგის მეთოდით ბებია-ქალის როლს ასრულებდა, რათა პიროვნებას დახმარებოდა ახალი ცოდნის მშობიარობაში. ე.წ. ინსაიტებზე ანუ უეცარ ინტუიტიურ აღმოჩენებზე და მედიტაციაზე ორიენტირებული მეთოდები ასევე ხელახლა-დაბადების მეტაფორულ მეთოდებს გულისხმობს.

ბუნებრივია ჩვენი ნაშრომი არ ეხება მხოლოდ დაბადების ტრავმას. პირიქით, ჩვენ წლების განმავლობაში ემუშაობდით იმ ტრავმირებულ ბავშვებთან, რომლებიც სოციალური და პოლიტიკური კატაკლიზმების, კატასტროფებისა და კრიზისების მსხვერპლნი არიან. ესენია სოციალურად დაუცველი ფენების, ლტოლვილებისა და დევნილების, ქართულ-აფხაზური კონფლიქტისა და საქართველოში სამოქალაქო ომის ყოფილი მებრძოლების შვილები.

ტრავმატული გამოცდილება, რომელიც პოსტ-ტრავმატულ რეაქციებსა და დარღვევებს განაპირობებს, მეტწილად ისეთ ვითარებას უკავშირდება, როცა უშუალოდ ფიზიკური სიცოცხლე არის საფრთხის წინაშე და მოულოდნელი დარტყმის ქვეშ, ან პიროვნების ღირსებას ემუქრება ფეხქვეშ გათელვა. ტრავმატული გამოცდილების სიტუაციური

ფაქტორი სწორედ ვითარების უკიდურეს საშიშროებას გულისხმობს ფიზიკური ან მორალური განადგურების კუთხით. სუბიექტურ ფაქტორს კი პიროვნების მიერ ამ სიტუაციის აღქმის თავისებურებები, მომეტებული მგრძნობიარობა, შესაბამისი მზაობის უქონლობა და სტრესთან გამკლავების უნარების სისუსტე განსაზღვრავს. რაზან ტრავმის გამომწვევია კატასტროფული სიტუაცია, შევთანხმდეთ, რომ თავად კატასტროფული სიტუაციები შეიძლება დაიყოს 2 ნაწილად: 1) ბუნებრივი ან სტიქიური კატასტროფები (მიწისძვრა, ზეავი, მეწყერი, წყალდიდობა, ზღვის მაღალი ტალღები, მაღაროს ან შენობის უეცარი ჩამონგრევა და სხვა) და 2) ადამიანის მოქმედებიდან მომდინარე კატასტროფები (ომი, დაყაჩაღება, მკვლელობა, დასახიჩრება ან დაჭრა, დამცირება, გაუპატიურება და სხვა). ტრავმატული გამოცდილება უკვალოდ არ რჩება, იგი პიროვნებაში ილექება და მნიშვნელოვან ცვლილებებს იწვევს მასში, თუკი პიროვნება სენზიტიურია და დაძლევის მექანიზმები ნაკლებად აქვს განვითარებული. პოსტ-ტრავმატული სტრესული დარღვევები და რეაქციები ცალკე მსჯელობის საკითხია, მაგრამ აქ ჩვენ ძალზე მოკლედ შევჩერდებით მასზე. ცნობილია, რომ პოსტ-ტრავმატული დარღვევები საკმაოდ მძიმე სიმპტომატიკით ხასიათდება, როგორიცაა (1) ხშირი და აკვიატებული მოგონებები ტრავმატული სიტუაციის საშინელებების შესახებ, (2) კომმარული სიზმრები საშინელებათა შესახებ ან სიფხიზლეში აღქმის დამახინჯებანი ტრავმატული საშინელებების უეცარი ზმანებებით, (3) დარღვევები ინტერპერსონალურ ურთიერთობებში, (4) ვიქტიმიზაციის სინდრომი ანუ მსხვერპლად ყოფნის განცდა, მხსნელის ძიება და აგრესორზე შურისძიების განუხორციელებელი სურვილი, (5) უსუსურობა და პასივობა, უიმედობა და უპერსპექტივობის განცდა. ცნობილია, რომ ტრავმატული გამოცდილების გადატანა ხდება თაობიდან თაობაში, მაგალითად, ვიქტიმიზაციის კუთხით ან მტრის ხატის შენარჩუნებითა და აგრესორზე რევანშის სურვილით, ან კიდევ ე.წ. დასწავლილი უსუსურობის სიმპტომატიკით.

განასხვავებენ პირველად და მეორად ტრავმატულ გამოცდილებას. პირველადი ტრავმატული გამოცდილება ნიშნავს იმას, რომ პირი უშუალოდ იყო ტრავმატული სტრესორის ზემოქმედების ქვეშ, მაგალითად, იგი უშუალოდ მოექცა ბომბარდირების სიტუაციაში, მას უშუალოდ ესხმოდნენ, ან იგი უშუალოდ იყო იმ სიტუაციის მოწმე, სადაც უბედურებასა და ძალადობას ჰქონდა ადგილი. ამ ვითარებაში თვითონ ამ პირის ფსიქიკაში ჩაიბეჭდება და დაილექება ტრავმატული

სიტუაცია თავისი პირვანდელი და უშუალო სახით. ამისაგან განსხვავებულია მეორადი ტრავმატული გამოცდილება, როცა თვითონ სუბიექტი კი არ იყო უშუალო თავდასხმის საგანი, არამედ მისი ტვინი „იბომბებოდა“ ისტორიების მოყოლით და ექსტრემალურად საშიში სიტუაციების რეგულარული გახსენებით, ვიზუალურად და აუდიალურად მათი დემონსტრირებით, ვიქტიმიზაციის ფოლკლორით ან პროპაგანდით. მაგალითად, მოზარდი თაობა ჩვენი ლტოლვილების კომპაქტურად დასახლებულ პუნქტებში ამ ისტორიათა მოყოლისა და მეორადი ტრავმატული გამოცდილების ატმოსფეროში გაიზარდა.

ნორმალურ ვითარებაში ბავშვი უნდა აღიზარდოს სიტუაციაში, როცა იგი მისთვის დამახასიათებელი ფუნქციონალური ტენდენციების საფუძველზე თვითაქტიუობასა და საკუთარი ძალების გაშლაზე უნდა იყოს ორიენტირებული. ბავშვში იმთავითვე ბუდობს პიროვნული ზრდის იმპულსები და ძალები, რაც თვითრეალიზაციისკენ არის მიმართული. თუკი ამ დროს მას გარემო სთავაზობს ვიქტიმიზაციის, უსუსურობის, უიმედობის, დაუცველობისა და სიდუხჭირეში ცხოვრების მოდელს, მაშინ მისი განმავითარებელი ძალები ბლოკირდება. ასეთი ბლოკირება კი თავს იჩენს სხვადასხვა სახის სიმპტომებში როგორიცაა დაძაბულობა და შებოჭილობა, პიპერაქტიულობა, შფოთვიანობა და შიშიანობა, თვითპატივისცემის დაბალი დონე, ვიქტიმურობა და სხვა. ეს კი შემაფერხებელ ზეგავლენას ახდენს ბავშვის სწავლისა და განვითარების პროცესზე. სწორედ ამ შემაფერხებელი ზეგავლენის მოსახსნელად არის საჭირო ტრავმირებულ ბავშვებთან შემოქმედებით თვითგამოხატვაზე დაფუძნებული ტრენინგებისა და განმავითარებელი სესიების პროგრამათა განხორციელება, რაც მოზარდის ფუნქციონალური ტენდენციებისა და განვითარებაში მყოფი ძალების თავისუფალ გაშლას უწყობს ხელს. ეს პროგრამა გულისხმობს სხვადასვა სახის თამაშებს, ფიზიკურ და ინტელექტუალურ სავარჯიშოებს, ტკივილებისა და სულიერი ჭრილობების მომუშებაზე მიმართული ისტორიების შეთხზვა-მოყოლას, მუსიკასა და სიმღერას, ხატვასა და ძერწვას, როლების თამაშსა და დრამატულ ინსცენირებებს.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიებს ერთგვარად მაკურნებელი და განმავითარებელი ფუნქცია აკისრია, რადგან, ერთის მხრივ მას გააჩნია კათარზისული და უარყოფითი განცდების ვენტილიაციის ფუნქცია, მეორეს მხრივ იგი ხელს უწყობს ტრავმატული გამოცდილების და მოუნელებელი ნეგატიური განცდების გადაუმუშავებასა და მონელებას, ხოლო მესამე მხრივ მისი მეოხებით ბავშვი და მოზარდი სწავლობს

ახალ ჩვევებს, ითვისებს ახალ უნარებს, შეიმუშავებს ახალ ხედვებს.

რათა უკეთ გავერკვეთ შემოქმედებითი თვითგამოხატვის განმავითარებელ ფუნქციებში, საჭიროდ მივიჩნევთ მოკლე ექსკურსს სწავლისა და განვითარების თეორიებში.

დ. უზნაძის თეორია

დიმიტრი უზნაძემ თავისი განწყობის თეორიის საფუძველზე შემუშავა ბავშვის სწავლისა და განვითარების კონცეფცია. ეს კონცეფცია კარგად არის გამოხატული დ. უზნაძის განწყობის თეორიის საფუძველზე შემუშავებულ ადამიანის ქცევის ფორმათა კლასიფიკაციისას, ბავშვის განვითარების ასაკობრივი გარემოს დახასიათებისას და ე.წ. ფუნქციონალური ტენდენციის ცნების გაშუქებისას.

ადამიანის ქცევის ფორმების დახასიათებას დ. უზნაძე იწყებს იმით, რომ გამოჰყოფს მოთხოვნილებათა ორ დიდ კლასს, რომლებიც ადამიანთა ქცევას აღძრავენ და წარმართავენ. ესენია: სუბსტანციონალური და ფუნქციონალური მოთხოვნილებები. სუბსტანციონალური მოთხოვნილებანი ის მოთხოვნილებებია, რომელთა დაკმაყოფილებაც სიცოცხლის გაგრძელებისათვის და გადარჩენისათვის, ნორმალური ცხოვრებისეული არსებობისათვის სრულიად აუცილებელია და მიზანშეწონილია (მაგალითად, კვების, უსაფრთხოების, სოციალური კავშირებისა და აფილაციის, სოციალური სტატუსის გარკვევისა და პრესტიჟის და სხვა მოთხოვნილებანი). ფუნქციონალური მოთხოვნილებანი რაიმე დანაკლისის შევსებას კი არ ელტვიან, როგორც ეს ხდება სუბსტანციონალური მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებისას (მაგ., შშია და საკვებს მივირთმევ), არამედ საკუთრივ ფუნქციობისაკენ, მოქმედებისაკენ მიისწრაფვიან. ფუნქციობა ამ შემთხვევაში თვითმიზანია და არა რაიმე სხვა მიზნის მიღწევის საშუალება. ამიტომაც დ. უზნაძე იყენებს ფუნქციონალური ტენდენციის ცნებასაც ფუნქციობის მოთხოვნილების აღსანიშნავად. მაგალითად, როცა სკოლამდელი ასაკის ბავშვი თამაშობს, იგი იკმაყოფილებს ფუნქციობის მოთხოვნილებას იმ გაგებით, რომ განვითარების პროცესში მყოფი ძალები და ფსიქიკური ან ფიზიკური ფუნქციები შიგნიდან უბიძგებენ ბავშვს იფუნქციოს ამ ძალთა განსავითარებლად. ფუნქციონალური ტენდენცია უზრუნველყოფს ბავშვის განვითარებას თვითაქტივობისა და თვითგანვითარების მეოხებით. სუბსტანციონალური მოთხოვნილებები საფუძვლად ედება ე.წ. ექსტეროგენულ ქცევებს, როგორიცაა მომსახურება, თვითმომსახურება, შრომა და სხვა. ფუნქციონალური მოთხოვნილებები საფუძვლად ედებიან ე.წ. ინტროგენულ ქცევას, როგორიცაა თამაში, შემოქმედება და სხვა. ზოგიერთი ქცევა ორმაგი ბუნებისაა და იგი ერთდროულად ექსტერო-

გენულიცაა და ინტროგენულიც, როგორიცაა, მაგალითად სწავლა. სწავლა ერთის მხრივ სუბსტანციონალური მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებას ემსახურება, მაგალითად, მასწავლებელთა მხრიდან შექების და აღიარების მოთხოვნილებას, მაგრამ მეორეს მხრივ იგი მოსწავლის განვითარების პროცესში მყოფი ძალებისა და ფსიქიკური ფუნქციების თვითაქტივობის მოთხოვნილებას ეყრდნობა.

ბავშვის განვითარების საბაზო პრინციპია გარემოს ზემოქმედების შესაბამისობა განვითარების პროცესში მყოფ ფსიქიკურ და ფიზიკურ ძალებთან. ამას განწყობის თეორიის ავტორმა ასაკობრივი გარემო უწოდა, რაც იმას ნიშნავს, რომ ყველა ასაკს თავისი განმავითარებელი გარემოს თავისებურებები შეესაბამება. მეორეს მხრივ განვითარების ძრავი ფუნქციონალური ტენდენციაა, რომელიც თვითაქტივობისა და ფუნქციონის მოთხოვნილებას ეფუძნება.

კურუკულუმი

ამ თეორიის მიხედვით კურუკულუმის აგებისას გათვალისწინებულ უნდა იქნას ის, რომ ბავშვს მიეწოდოს სასწავლად ისეთი მასალა, რაც მისი ფსიქიკური განვითარების მოცემულ დონესთან იქნება შესაბამისობაში.

ინსტრუქცია

სავარჯიშოთა და ამოცანათა შერჩევის დროს უნდა დავეყრდნოთ ფუნქციონალურ ტენდენციას. წახალისებული უნდა იყოს იმ ფსიქიკურ ფუნქციათა თვითაქტივობა და ხალისით გამოხატვა, რომელიც მოცემულ ეტაპზე განვითარების პროცესშია. ამ დროს ამა თუ იმ ფსიქიკური ფუნქციის ამოქმედება საკუთრივ მოზარდის მოთხოვნილებას წარმოადგენს, იგი ასეთი ამოქმედებით სიამოვნებასაც ღებულობს და კიდევ ვითარდება.

ბავშვის განვითარებისა და სწავლის თეორიაში ფასდაუდებელია დიდი ფსიქოლოგის, შვეიცარიელი ჟ. პიაჟეს წვლილი. ჟ. პიაჟეს უდაოდ მწყობრი და სოლიდური სისტემის ძირითადი დებულებაა, რომ ბავშვის განვითარება კოგნიტური ანუ შემეცნებითი სტრუქტურების ჩამოყალიბებასა და მომწიფებას გულისხმობს, რაც გარკვეული სტადიების გავლით ხორციელდება. მათი ფუნქციაა გარემოსთან შეგუების ეფექტურობის ზრდა. ბავშვი შეიმუშავებს განვითარების პროცესში მენტალურ „რუქებს“, სქემებს და ცნებათა წყებას, რათა სათანადო ქცევები განავითაროს თავის საცხოვრებო გარემოში და შეეგუოს მას. ჟ. პიაჟე მიუთითებს, რომ არსებობს ორი ძირითადი მექანიზმი, რაც განაპირობებს ბავშვის ინტელექტისა და ზოგადად ფსიქიკურ განვითარებას და ამის მეოხებით ადაპტაციის ხარისხის ზრდას. ესენია: ასიმილაცია და აკომოდაცია. ასიმილაცია ნიშნავს იმას, რომ ბავშვი თავის კოგნიტურ (ანუ შემეცნებით) სტრუქტურებში, რომელიც განვითარების მოცემულ ეტაპზე შეუმუშავდა მას, ჩაირთავს ახალ გამოცდილებას, ერთგვარად „მოირგებს“ და მიუსადაგებს ყოველივე ახალს მანამდე ჩამოყალიბებულ და ძველ შემეცნებით სქემებს, რუქებს ან ცნებებს. აკომოდაცია ნიშნავს, პირიქით, ახალ გამოცდილებასთან მორგების და შეთანაწყობის პროცესს. თუ ასიმილაციის შემთხვევაში ბავშვის ძველი კოგნიტური სტრუქტურები მოირგებს, „შთანთქავს“ და ჩაირთავს ახალ ინფორმაციას, ჩვევას ან გამოცდილებას, ამის საპირისპიროდ აკომოდაციის დროს ბავშვის კოგნიტური სტრუქტურები და სქემები თვითონ მოერგებიან, აეწყობიან გარემოსა და ახალი ინფორმაციის, ჩვევის, ცნების ან იდეის „თარგს“. ადაპტაციის დონის ზრდა და განვითარება ამ ორი პროცესის – ასიმილაციისა და აკომოდაციის – ერთიანობაა.

ჟ. პიაჟე ბავშვის ფსიქიკის განვითარების სტადიალურ თეორიას ავითარებს და გამოჰყოფს განვითარების შემდეგ სტადიებს:

1) სენსომოტორული ინტელექტის სტადია (დაბადებიდან 2 წლამდე) – ბავშვი თავის გარემოსთან ფიზიკური ურთიერთქმედების შედეგად აყალიბებს რეალობის აღქმისეულ სურათს და აღქმისა და მოტორული სფეროს დონეზე რეაგირებს გარემოზე.

2) წინარე-ოპერაციონალური განვითარების სტადია (2 წლიდან 7 წლამდე) – ბავშვს ჯერ კიდევ არა აქვს აბსტრაქტული ცნებები რეალობის შესახებ და იგი გამუდმებით კონკრეტულ ფიზიკურ სიტუაციებზე დაყრდნობით მოქმედებს. იგი მიბმულია საგანთა და მოვლენათა

სიტუაციურ მახასიათებლებზე, რომლებიც მუდმივად იცვლებიან იმისდა მიხედვით, თუ როგორია ალქმის პირობები და ხედვის კუთხე, ბავშვს ჯერ კიდევ არა აქვს უნარი, რათა რაოდენობის, მოცულობის, სიდიდის, თვისობრიობისა და რეალობის ამსახველი სხვა ცნებები მოიაზროს და მყარი ან ინვარიანტული წარმოდგენები ჰქონდეს ამა თუ იმ საგნებზე ან მათ შორის მიმართებებზე.

3) კონკრეტული ოპერაციების სტადია (7 წლიდან 11 წლამდე) – რახან საგანთა ფიზიკური ალქმის და მანიპულირების გამოცდილება დაგროვდა და აკუმულირდა, ბავშვი იწყებს ამ ფიზიკურ მიმართებათა კონცეპტუალიზაციას და ცნებით მოაზრებას. იგი ქმნის ლოგიკურ სტრუქტურებს, რათა ახსნას და გასაგები გახადოს სიტუაციის ეს ფიზიკური მახასიათებლები. ამ ასაკში ყალიბდება პრობლემათა აბსტრაქტული გადაწყვეტის უნარიც, როცა მაგალითად, ბავშვი არითმეტიკულ ოპერაციებს ანხორციელებს თვითონ რიცხვებზე და არ სჭირდება კონკრეტული და თვალსაჩინო საგნების მოშველეობა. ბავშვი შედარებით თავისუფლდება ალქმისა და მოცემული თვალსაჩინო სიტუაციის ტყვეობისაგან და მოელენათა მყარ, არათვალსაჩინო და ამავე დროს უცვლელ თვისებებს მიაქცევს ყურადღებას. იგი ოპერირებს ცნებებით, რომლებიც კონკრეტულ რეალობას ასახავს (მაგალითად, კონკრეტული რაოდენობა ან რიცხვი ან სიდიდე).

4) ფორმალური ოპერაციების სტადია (11-დან 15 წლამდე და ზევით) – მოზარდი ოპერირებს ფორმალური ცნებებით, აბსტრაქტული სიმბოლოებით, ახდენს კონცეპტუალურ დასაბუთებას და აქვს ზრდასრული ადამიანის კოგნიტური (შემეცნებითი) შესაძლებლობები.

განვითარების ყველა სტადიაზე ბავშვი გარემოსთან ურთიერთქმედებისას თავის კოგნიტურ სტრუქტურაში და მენტალურ „რუქაში“ ჩართავს და შთანთქმავს (ასიმილაციას უყოფს) იმ გამოცდილებას, რომელიც განმეორებადია ან ადვილად ასიმილირებადია და „მონელებადია“. ამით ბავშვის კოგნიტური სტრუქტურა აღწევს წონასწორობისა და ადაპტაციის უფრო მაღალ დონეს გარემოს ზემოქმედებასა და ახალ გამოცდილებას შორის. მეორეს მხრივ, ის რაც ძნელად ასიმილირებადია არსებულ მენტალურ სტრუქტურებში და „რუქაში“, მისდამი კოგნიტური სტრუქტურის მორგება და შეხამება ანუ აკომოდაცია ასევე წონა-სწორობის მიღწევისა და ადაპტაციის დონის ამაღლების საშუალებაა. ამგვარად, ადაპტაციისა და წონასწორობის დონის ამაღლება ბავშვის კოგნიტურ სტრუქტურასა და გარემოს ან ახალ გამოცდილებას შორის უზრუნველყოფს განვითარების პროცესის მიმდინარეობას.

ჟ. ჰიაუეს თეორიის გამოყენება სწავლისა და ტრენინგის პროცესში ეყრდნობა იმას, რომ კურუკულუმი უნდა ითვალისწინებდეს ისეთი ამოცანების დასმას, რომლებიც შეესაბამება მოზარდის კოგნიტური განვითარების დონეს, რათა ახალი გამოცდილება ასიმილირებადი იყოს მოზარდის კოგნიტური სტრუქტურების მიერ ან შესაძლებელი იყოს ამ კოგნიტური სტრუქტურების მორგება და აკომოდაცია ახალი გამოცდილებებისადმი ან გარემოსეული ზემოქმედებისადმი.

ცნობილი რუსი ფსიქოლოგის ლ. ვიგოტსკის ფსიქიკური განვითარების სოციალურ-კულტურული თეორია თვლის, რომ ბავშვის ფსიქიკური განვითარების მთავარი განმსაზღვრელი კულტურაა. ადამიანი ერთადერთი არსებაა, რომელიც კულტურას ქმნის და ყველა ბავშვი კულტურის კონტექსტში ვითარდება.

კულტურას ორი სახის წვლილი შეაქვს ბავშვის ინტელექტუალურ განვითარებაში. ერთის მხრივ კულტურა განსაზღვრავს ცოდნის შინაარსს, რასაც ბავშვი აითვისებს. მეორეს მხრივ, კულტურა ბავშვს აღჭურავს აზროვნების პროცესებითა და საშუალებებით, რომელსაც შეიძლება ინტელექტუალური ადაპტაციის ინსტრუმენტები ეწოდოს. სწავლისა და განვითარების სოციალური შემეცნების ვიგოტსკისეული კონცეპცია თვლის, რომ კულტურა ასწავლის ბავშვს არა მარტო იმას, თუ რა იფიქროს, არამედ იმასაც, თუ როგორ იფიქროს.

ბავშვის კოგნიტური ანუ შემეცნებით-ინტელექტუალური განვითარება იმ დიალექტიკური პროცესის შედეგია, რომლის თანახმადაც ბავშვი სწავლობს პრობლემების გადაწყვეტის გამოცდილების კვალობაზე. ამასთან ერთად ეს გამოცდილება სოციალური ურთიერთქმედებისა და ურთიერთ-გაზიარების კონტექსტში შემუშავდება. იგულისხმება ბავშვის ურთიერთობა მშობლებთან, მასწავლებლებთან და თანატოლებთან. საწყის ეტაპზე ბავშვთან ურთიერთქმედებაში ჩართული პიროვნება იღებს მეტწილ პასუხისმგებლობას პრობლემის გადაწყვეტაზე, მაგრამ ნელნელა ამ პასუხისმგებლობის გადანაწილება თვითონ ბავშვზე ხდება.

ენა და მეტყველება არის ბავშვთან ურთიერთქმედების ის ძირითადი ფორმა, რითაც ზრდასრული უფროსები ბავშვს გადასცემენ ცოდნას, რომელიც მოცემულ კულტურაშია აკუმულირებული.

რაც უფრო წინ მიდის სწავლის პროცესი, მით უფრო გვევლინება ენა და მეტყველება ინტელექტუალური ადაპტაციის წამყვან საშუალებად. ბავშვი სულ უფრო და უფრო იყენებს შინაგან მეტყველებას ქცევის წამმართველ ძალად.

გაშინაგება ანუ ინტერიორიზაცია სწავლის განუყოფელი ნაწილია და სწორედ თავდაპირველად გარეგანი ქცევის ან მეტყველების შემდგომი გაშინაგანებით (ინტერიორიზაციით) აითვისებს ბავშვი ცოდნასა და აზროვნების უნარ-შესაძლებლობებს. თავდაპირველად გარეგანი მეტყველება ან გარეგანი და ქცევაში გამოხატული აზროვნების პროცესი შინაგან მეტყველებად ან აზროვნებად გარდაიქმნება, რაც ინტელექ-

ტუალური და საერთოდ, ფსიქიკური განვითარების წამყვანი მექანიზმია. მნიშვნელოვანი განსხვავება არსებობს, ერთის მხრივ იმასა, რაც ბავშვს შეუძლია გააკეთოს სხვისგან დაუხმარებლად და დამოუკიდებლად, ხოლო მეორეს მხრივ იმას შორის, რაც ბავშვს შეუძლია გააკეთოს სხვისი (მაგალითად, მშობლის) დახმარებით. ამ განსხვავების დიაპაზონს ლ. ვიგოტსკის კონცეფციაში განვითარების უახლოესი ზონა ეწოდება. ამ თეორიის მიხედვით, ბავშვის განვითარება წინ მიჰყავს სწორედ იმ ამოცანათა და სავარჯიშოთა შესრულებას, რომლებიც განვითარების უახლოეს ზონას შეესაბამებოდა ანუ სხვისი დახმარებით შეუძლია ბავშვმა შეასრულოს. ნელნელა სხვასთან (მაგალითად, უფროსთან ან წინ წასულ თანატოლთან) ურთიერთქმედებით შესრულებული სავარჯიშო გაშინაგანდება და მის შესრულებას ბავშვი დაუხმარებლად ახერხებს. ამის შემდეგ იგი ახალ სავარჯიშოზე გადადის, რომელიც სხვისი დახმარებით შეიძლება განხორციელდეს და ასე გრძელდება განვითარების ეს პროცესი.

რახან ბავშვის განვითარება კულტურის კონტექსტში ხორციელდება, ხოლო ბავშვის მიერ უფროსი ზრდასრულის დახმარებით პრობლემათა გადაწყვეტა ერთგვარი მედიატორია, რაც ამ კულტურაში შეზრდას განაპირობებს, განვითარების ცენტრალური ფაქტორი ბავშვისა და ზრდასრულის ურთიერთობაა. ამდენად, ბავშვის ინტელექტუალური განვითარების დონეს მშობლებთან, აღმზრდელებთან და წინ წასულ თანატოლებთან ურთიერთქმედება განსაზღვრავს.

კურუკულუმი – რახან ბავშვი სოციალურ და კულტურულ გარემოსთან ურთიერთქმედებით ვითარდება, განსაკუთრებული ყურადღება მასწავლებელსა და მოსწავლეს შორის ურთიერთობას და აგრეთვე სასწავლო ამოცანის ხასიათს ეთმობა.

ინსტრუქცია – რახან განვითარების უახლოესი ზონა არის განვითარების განმსაზღვრელი, მოზარდს აძლევენ ამოცანას, რომლის გადაწყვეტასაც იგი მხოლოდ უფროსის ან უფრო კომპეტენტური თანატოლის დახმარებით შეძლებს. ამის შემდეგ იგივე უფროსი ან თანატოლი არეგულირებენ დახმარების დოზასა და ხერხებს იმის მიხედვით, თუ როგორ აღწევს ამოცანის ეფექტურად და დამოუკიდებლად გადაწყვეტას ბავშვი. ამით ხდება მყარი ჩვევების ჩამოყალიბება, რაც ბავშვს დაეხმარება დამოუკიდებლად გადაწყვეტოს ესა თუ ის ამოცანები მომავალშიც.

გამოკვლევა – გამოკვლევის მეთოდი ამ შემთხვევაში ეხება ისევ და ისევ უახლოესი განვითარების ზონას. დგინდება ბავშვის განვითარების

აქტუალური დონე და მისი განსხვავება განვითარების პოტენციალურ, უახლოეს ხანში შესაძლო დონესთან. ამის მიხედვით გაირკვევა ზრდასრულის მიერ ბავშვის შესაძლო დახმარების ფორმები და ზომა, რათა მიღწეულ იქნას პოტენციალური განვითარების დონე.

სწავლის ბიჰევიორალური თეორია აქცენტს ობიექტურად დაკვირვებად ქცევებსა და რეაქციებზე აკეთებს. სიტყვა behavior ინგლისურად ქცევას ნიშნავს. იგი არ ითვალისწინებს შინაგან მენტალურ პროცესებს. ბიჰევიორისტები სწავლას განსაზღვრავენ როგორც ახალი ქცევის ათვისების პროცესს. თავის მხრივ ახალი ქცევის ათვისება განპირობების მექანიზმს ეფუძნება. განპირობება ნიშნავს იმას, რომ ცოცხალ არსებას, ადამიანს არჩევანი არა აქვს, იგი არ არის თავისუფალი და ყველა მისი ქცევა მკაცრად გასაზღვრულია და დეტერმინირებული იმ პირობებით, რომელშიც ცოცხალი არსება იმყოფება. თავის რადიკალურ გამოხატულებაში ბიჰევიორისტებს ცხოველებზე ჩატარებული ექსპერიმენტების შედეგები ადამიანებზე გადააქვთ. სწავლის ანუ ახალი ქცევის დაუფლების თვალსაზრისით ადამიანსა და ცხოველებს შორის ისინი იგივეობის ნიშანს სვამენ.

განპირობების ორ ნაირსახეობას განარჩევენ: (1) კლასიკური ანუ პირობით-რეფლექსური და (2) ოპერანტული (ინსტრუმენტალური) ანუ ბიჰევიორალური განპირობება.

კლასიკური ანუ პირობით-რეფლექსური განპირობება აგებულია პირობითი გამღიზიანებლისა (ან გარეგანი სიგნალის) და უპირობო რეაქციის მრავალჯერად შეუღლებაზე, რის შემდეგაც პირობითი სიგნალი, რომელიც არანაირად აღრე არ იწვევდა რაიმე X სახის უპირობო რეაქციას, ამიერიდან განაპირობებს ამ X რეაქციის აღმოცენებას როგორც კი ამ პირობით გამღიზიანებელს ექნება ადგილი. მაგალითად, ი. პავლოვის ცნობილ ცდებში მშვიერ ძაღლს უჩვენებენ საკვებს, როგორც უპირობო გამღიზიანებელს, რაზეც მას აქვს უპირობო რეფლექსური რეაქცია – ნერწყვის გამოყოფა. ამის შემდეგ ცდებში მშვიერი ძაღლის თვალწინ რამდენიმეჯერ დააჟღარუნებენ ზარს და ზარის ხმასთან ერთად გამოჩნდება საკვები, რაზეც ცხოველს ნერწყვი მოსდის. პირობითი გამღიზიანებლის (ზარის ხმა) და უპირობო გამღიზიანებლის (საკვები) ასეთი მრავალჯერადი შეუღლების შედეგად ხდება ის, რომ ამიერიდან მხოლოდ ზარის ხმა იწვევს ნერწყვის გამოყოფას, თუნდაც რომ საკვები არ აჩვენონ ცხოველს. როგორც ვხედავთ, ცხოველმა ისწავლა ახალი რეაქცია – ზარის ხმაზე ნერწყვის გამოყოფა, რაც პირობითი რეაქციაა, რადგან ზარის ხმაში თავისთავად არაფერია ისეთი, რაც ნერწყვ-დენას უკავშირდება.

პირობითი რეფლექსები უხვად გვაქვს ადამიანებს შეძენილი ჩვენი

ცხოვრების განმავლობაში და იგი სწავლის ერთერთ უმარტივეს სახეობას წარმოადგენს.

ოპერანტული (ინსტრუმენტალური) ანუ ბიჰევიორალური განპირობება გულისხმობს იმ ვითარებას, როცა რაღაც სტიმულზე ან გარეგან გამღიზიანებელზე ცოცხალი არსების პასუხი და რეაქცია განმტკიცდება შესაბამისი დაჯილდოებით (წახალისებით) ან კიდევ დასჯით და უარყოფითი ზემოქმედებით. წარმოვიდგინოთ, რომ ვირთაგვა იმყოფება ლაბირინთში, სადაც მრავალი მიხვეულ-მოხვეული გზაა, რომელთაგან ერთ გზას ლაბირინთიდან გასასვლელისკენ მივყავართ და იქ არის განთავსებული ვირთაგვასათვის სასიამოვნო და გემრიელი საკვები. ვირთაგვა ისწრაფვის სანუკვარი მიზნისაკენ და ცდილობს ლაბირინთში გზა გაიკვლიოს. ამ სიტუაციაში შეიძლება პირობითად 4 ვარიანტი წარმოვიდგინოთ მისი ამა თუ იმ ქცევის დაჯილდოების ან დასჯის თვალსაზრისით, რაც სხვადასხვა რაიმეს დაასწავლის ვირთაგვას. ეს ვარიანტები შემდეგია: 1) ვირთაგვა სწორ გზას დაადგა ლაბირინთში სასურველი გასასვლელის მიმართულებით და იმ წამსვე მას მიაწოდეს მცირე დოზით გემრიელი საკვები და ასე განმეორდა რამოდენიმეჯერ. ამის შედეგად ვირთაგვაში განპირობების მექანიზმით ათვისებული იქნება ახალი ქცევა – ლაბირინთიდან გასასვლელი სწორი გზის არჩევა და გზის გაკვლევა სანუკვარი მიზნის მისაღწევად; 2) ვირთაგვა რამდენჯერაც დაადგა არასწორ გზას, იმდენჯერ მიიღო მან სასჯელად ელექტროდენის დარტყმა. ამის შედეგად ვირთაგვამ შეიძლება დაისწავლოს ან იმ ერთადერთი სწორი გზის არჩევა, რომელიც მიიყვანს მას სამიზნე გასასვლელისაკენ, ან კიდევ აითვისოს უმოქმედობა და ყოველგვარი გზის არჩევისაგან თავი შეიკავოს; 3) ვირთაგვა სწორ გზას დაადგა ლაბირინთში სასურველი გასასვლელის მიმართულებით და იმ წამსვე მიიღო მან სასჯელად ელექტროდენის დარტყმა და ასე განმეორდა რამოდენიმეჯერ. ამ შემთხვევაში მან შეიძლება ისწავლოს სწორი არჩევანის ბლოკირება და არასწორი გზის არჩევა; 4) ვირთაგვა რამდენჯერაც დაადგა არასწორ გზას, იმდენჯერ და იმ წამსვე მას მიაწოდეს მცირე დოზით გემრიელი საკვები და ასე განმეორდა რამოდენიმეჯერ. ვირთაგვა ამ შემთხვევაში დაისწავლის არასწორი გზით მოქმედებას.

სწავლის ბიჰევიორისტული მოდელი არ ითვალისწინებს ან ნაკლებ ყურადღებას აქცევს მენტალურ პროცესებს სწავლის პროცესში. ამის გარდა, სრულიად გაუთვალისწინებელია, თუ როგორ ითვისებს ბავშვი მეტყველებას, როცა ამას არ უძღვის წინ არც პირობით-რეფლექსური და

არც ოპერანტული განპირობების მომენტი. ამის მიუხედავად სწავლაში მართლაც დიდი ადგილი უკავია განპირობების მექანიზმებით ათვისებულ ჩვევებსა და ქცევის ნაირსახეობებს, ამიტომაც შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და არტთერაპიული სესიების დროს სასურველია ეს მიდგომა იყოს გათვალისწინებული. მაგალითად, ასერტიული ქცევის (საკუთარ თავში დარწმუნებულობის) ათვისების სესიებში კარგად არის ჩართული ბიჰევიორისტული მიდგომებიც.

ნეირომეცნიერება სწავლობს ადამიანის ნერვულ სისტემას, ტვინს და ცნობიერების, აღქმის, მეხსიერების და სწავლის ბიოლოგიურ საფუძველს.

ნერვული სისტემა და ტვინი ადამიანის მიერ სწავლის ბიოლოგიურ საფუძველს წარმოადგენს. ნეირომეცნიერება ტვინში მიმდინარე პროცესებს უკავშირებს კოგნიტური ქცევისა და სწავლის პროცესებს. ეს თეორია შედარებით „ახალგაზრდა“ და სწრაფად ვითარდება.

ნეირომეცნიერება ამოდის შემდეგი საბაზო დებულებებიდან:

- ტვინს აქვს ტრიალული ანუ სამგანზომილებიანი სტრუქტურა. იგი შედგება სამი სახის ტვინისაგან: 1) უდაბლესი ანუ რეპტილიის ღონის ტვინი, რომელიც განაგებს კონტროლს სენსორულ და მოტორულ ფუნქციებზე; 2) ლიმბიური ანუ ძუძუმწოვრების ღონის ტვინი, რომელიც განაგებს კონტროლს ემოციებზე, მეხსიერებაზე და ბიორითმებზე; 3) ნეოკორტექსი ანუ მოაზროვნე ტვინი, რომელიც კონტროლს უწევს შემეცნებას, დასაბუთებას, მეტყველებასა და ენას, უმაღლეს ინტელექტუალურ პროცესებს.
- ტვინი არის თვითორგანიზებადი სისტემა, იგი არ არის მკაცრად დაპროგრამირებული რამ და საკმაოდ მოქნილი სტრუქტურის მქონეა, მის ნეირონებს აქვთ აურაცხელი ურთიერთკავშირები ერთმანეთში. იგი არ არის კომპიუტერი იმ გაგებით, რომ იგი მისდევდეს დაფიქსირებულ პროგრამებს და არ გადაუხვიოს მას. ტვინი თვითონ ქმნის ახალ პროგრამებს, ამდენად იგი თვითპროგრამირებადიცაა, თვითორგანიზებადიც და თვითგანვითარებითი სისტემაა.
- ტვინი იცვლება თავისი ფუნქციონირების პროცესში მთელი ცხოვრების მანძილზე. მენტალური კონცენტრაცია და ძალისხმევა ცვლის ტვინის სტრუქტურებს. ჩვენი ტვინის ნეირონები ერთმანეთთან დაკავშირებული არიან ხვეულებით, რომლებსაც დენდრიტები ეწოდებათ. თავის ტვინში არის 10 მილიარდი ნეირონი და 1000 ტრილიონი კავშირი. შესაძლო კომბინაციები კავშირებისა აურაცხელია. რაც უფრო ფუნქციონირებს ტვინი, მით უფრო ძლიერდება კავშირების გარკვეული ნიმუშები. ამით კი საფუძველი ეყრება იმას, რომ შემდგომი და ახალი კავშირების შექმნა უფრო ადვილი ხდება. ეს კი ქმნის სწავლისა და მეხსიერების შემდგომი განვითარების წინაპირობას.

ნეირომეცნიერება თავის კურუქულუმში ტრენერისაგან მოითხოვს გაითვალისწინოს მოსწავლის გამოცდილება და შეხედოს მას, როგორც მთლიანობას და იზრუნოს მისი ინტეგრაციის ხარისხის ზრდაზე. ფოკუსი კეთდება ინსტრუქციაზე, ბიძგს აძლევს კომპლექსურ აზროვნებასა და ხედვებს და ტვინის განვითარებას უწყობს ხელს ახალი ნეიროკავშირების აღმოცენებით. ნეირომეცნიერების წარმომადგენლები პროპაგანდას უწევენ პერმანენტული სწავლისა და ინტელექტუალური განვითარების იდეას მთელი ზრდასრულობის განმავლობაში.

ნეირომეცნიერებას უკავშირდება ე.წ. ტვინზე დაფუძნებული სწავლის თეორია. ამ თეორიის მიხედვით ტვინს არათუ შეუძლია სწავლა, არამედ იგი გამუდმებით სწავლობს. ტვინი ფუნქციონირებს როგორც უმძლავრესი პროცესორი. ტრადიციული სკოლა ხშირად აფერხებს სწავლის პროცესს ტვინის ბუნებრივი სწავლის პროცესების ბლოკირებით, შეკავებით, იგნორირებით და წაუხალისებლობით. ეს თეორია იზიარებს შემდეგ დებულებებსა და პრინციპებს:

- ტვინი პარალელური პროცესორია, რაც ნიშნავს იმას, რომ მას შეუძლია განახორციელოს სხვადასხვა აქტივობები პარალელურად და ერთდროულად. მაგალითად, ერთდროულად უსმინოს, უყუროს და გემო გაუსინჯოს.
- სწავლა ჩაერთავს მთელ ფიზიოლოგიას, მთლიან ორგანიზმს. საზრისის ძიება შინაგანი და თანშობილი პროცესია. ტვინი თავის მოქმედების პროცესში ერთდროულად მოიცავს მთელსა და ნაწილს. სწავლაში ჩართულია ერთდროულად როგორც ფოკუსირებული ყურადღება, ასევე პერიფერიული აღქმა.
- სწავლაში ჩართულია ცნობიერიც და არაცნობიერი სფეროც.
- ჩვენ გვაქვს ორი ტიპის მეხსიერება: სივრცითი და მექანიკური. ჩვენ უკეთ ვერკვევით და ვგებულობთ ფაქტებს, რომლებიც ბუნებრივი, სივრცითი მეხსიერების სახითაა მოცემული.
- სწავლა წინ მიდის, როცა ის გამოწვევებზე პასუხია და ფერხდება საფრთხეებისა და შიშების არსებობისას.

ყველა ტვინი უნიკალური სისტემაა

სამი ძირითადი ტექნიკა გამოიყენება ტვინზე დაფუძნებული მიდგომისას:

- ორკესტრირებული „ჩაფლობა“ – ისეთი სასწავლო გარემოს შექმნა, სადაც ტრენინგის მონაწილეები მთლიანად ჩაეფლობიან, „ჩაყვინთავენ“ სწავლის პროცესში და ახალი გამოცდილების აკრეფაში.
- რელაქსირებული სიფხიზლე – შიშებისა და საფრთხეების მოხსნა, დაცული და მოსვენებული გარემოს შექმნა, სადაც გამოწვევებზე იქნება უპირატესად აქცენტი.
აქტიური პროცესინგი – ტრენინგის მონაწილეებს საშუალება ეძლევათ ინფორმაცია კარგად დააჯგუფონ და გაითავისონ მისი აქტიური გადამუშავების მეოხებით.

როგორ ხორციელდება ტვინზე დაფუძნებული მიდგომა ტრენინგის პროცესში?

კურსეულში – ტრენერმა უნდა წარმართოს სწავლის პროცესი ტრენინგის მონაწილეთა ინტერესებზე დაყრდნობით და შესაბამისი კონტექსტების გათვალისწინებით.

ინსტრუქცია – ტრენერი მუშაობს გუნდურობის პრინციპით და იყენებს პერიფერიული (არაპირდაპირი) სწავლის შესაძლებლობებს. ტრენერი რეალური პრობლემების ირგვლივ დაასტრუქტურებს სწავლის პროცესს, იგი სტიმულს აძლევს მონაწილეებს სასწავლო ოთახის გარეთ და რეალურ სიტუაციაში გამოსცადოს დასწავლილი ჩვევა ან ახალი გადაწყვეტილება გაატაროს.

გამოკვლევა – მონაწილეებს ეძლევათ საშუალება გამოიკვლიონ და თავიანთთვის გასაგები გახადონ სწავლის საკუთარი სტილი და ძლიერი ან სუსტი მხარეები. ამის მეოხებით მონაწილენი თვითონ აწარმოებენ მონიტორინგს საკუთარ სწავლის პროცესზე და წინსვლაზე.

ამ მიდგომის ფარგლებში ტრენერმა უნდა ჩართოს ტრენინგის მონაწილეები ინტერაქტიულ პროცესში, სადაც ისინი მიიღებენ მდიდარ, რეალისტურ და კომპლექსურ გამოცდილებას. ამის ყველაზე კარგი მაგალითია უცხო ენის სწავლების დროს მონაწილეთა ჩართვა ახალ და უცხო კულტურის გარემოში. მონაწილეებისთვის ტრენინგი უნდა აღქმულ იქნას როგორც ახალ გამოწვევათა ერთობლიობა. რაც მეტი იქნება ახალი ინსაიტები და აღმოჩენები მონაწილეთა მხრიდან, მით უფრო ინტენსიური ანალიზის საშუალება მიეცემათ მათ შეიმუშაონ სხვადასხვა და ალტერნატიული მიდგომები პრობლემათა გადაწყვეტის

კუთხით, ზოლო რეალურ პრობლემათა რეალისტურ გადაწყვეტას სწავლის პროცესი წინ მიჰყავს. ამას ეწოდება „გამოცდილების აქტიური პროცესინგი“. ამასთან ერთად შეგვიძლია მივუთითოთ კიდევ რამდენიმე პრინციპს, რომელიც დამახასიათებელია ტვინზე დაფუძნებული მიდგომისათვის:

- უკუკავშირი მით უფრო ეფექტური და სასარგებლოა, რაც უფრო მომდინარეობს იგი რეალობიდან და არა ავტორიტეტული პირისაგან.
ადამიანები უკეთ სწავლობენ, როცა რეალურად წყვეტენ რეალურ პრობლემებს.
- დიდი და მთლიანი სურათი (გამოცდილება) არ შეიძლება მოეწყვიტოთ მისი დეტალებისაგან.
- რახან ყველა ტვინი უნიკალური, ყველასაგან განსხვავებული სისტემაა, ტრენერმა უნდა მისცეს საშუალება მოსწავლეს გამოიყენოს მისი საკუთარი შესაძლებლობები და გარემო.
- პრობლემათა საუკეთესო გადაწყვეტანი ხელეწიფებათ მომცინართ. ტრენერი უნდა ფლობდეს მეგობრული და ინტერაქტიური ატმოსფეროს შექმნის ხელოვნებას.

ნეირომეცნიერებას უკავშირდება აგრეთვე ე.წ. თავის ტვინის მარჯვენა და მარცხენა ჰემისფეროს თეორია. ეს თეორია განსაკუთრებულ ყურადღებას აქცევს იმ ფაქტს, რომ ტვინის მარჯვენა და მარცხენა ჰემისფეროები აკონტროლებენ აზროვნებისა და ფსიქიკური ფუნქციების სხვადასხვა სახეობებს, თითოეული მათგანი განაგებს ჩვენი ცხოვრების სხვადასხვა „უბანს“. ამასთან ერთად ყველა ჩვენთაგანი უპირატესობას ვაძლევთ ან ერთ ან მეორე ჰემისფეროს აქტივობას.

მარცხენა ჰემისფერო განაგებს შემდეგ ფუნქციებს:

ლოგიკურს
მსჯელობას და მტკიცებას
რაციონალურს
ანალიზს
ობიექტურს
ნაწილებზე ორიენტაციას

მარჯვენა ჰემისფერო განაგებს შემდეგ ფუნქციებს:

შემოხვევითობასა და არალოგიკურს
ინტუიციას
გლობალურს
სინთეზს
სუბიექტურს
მოლთანობაზე ორიენტაციას

მარცხენა ჰემისფეროზე ორიენტირებული ადამიანები ფოკუსს აკლავს ლოგიკაზე, ანალიზსა და წესრიგზე. მარჯვენა ჰემისფეროზე ორიენტირებული პირები კონცენტრირდებიან ესთეტიკურ აღქმაზე, კრეატივზე, შემოქმედებითობაზე.

კურუკულუმი

ლოგიკურ, ანალიტიურ, რაციონალურ მიდგომასთან ერთად მარჯვენა და მარცხენა ჰემისფეროს აქტივობების დასაბალანსებლად ტრენინგებში თანაბარი მნიშვნელობა ენიჭება ხელოვნებას, კრეატიულობას, წარმოსახვასა და სინთეზს.

ინსტრუქცია

ლოგიკური და ანალიტიური მსჯელობების, დეფინიციებისა და არსებითი დეტალების გამოყოფის, ინფორმაციის მწყობრი დასტრუქტურების გარდა ტრენინგის მონაწილეებს ეძლევათ მეტაფორები, კრეატიული საკარგისშეშვები, მათ რთავენ როლურ თამაშებში, ახატვინებენ, ათხზვევინებენ ზღაპრებსა და ისტორიებს, ამღერებენ და ავარჯიშებენ რიტმის გრძნობაში, პანტომიმისა და სხეულის ენის გამოხატვაში.

გამოკვლევა

ტრენერი ლოგიკური და ანალიტიური უნარების გარდა კრეატიული უნარებისა და ინტუიტიური წვდომის მექანიზმებს იკვლევს ტრენინგის მონაწილეებში.

კონსტრუქტივიზმი თავისებური ფილოსოფიური მიმდინარეობაა, რომელიც თვლის: ადამიანი თვითონ ქმნის სამყაროს სურათს ან „კონსტრუქტს“ და ცხოვრობს კიდეც მის მიერ აგებულ (კონსტრუირებულ) სამყაროში. სწავლის თეორიების თვალსაზრისით, სწავლა ასახავს ჩვენსავე გამოცდილებას, რაც თავის მხრივ სამყაროს ჩვენეულივე გაგების კონსტრუქტია. ჩვენ ავაგებთ ჩვენსავე გაგებას ამ სამყაროს შესახებ. ჩვენ ვახდენთ საკუთარი წესებისა და მენტალური მოდელების გენერირებას, რაც აზრსა და საზრისს ანიჭებს ჩვენსავე გამოცდილებას. ამდენად, სწავლა გულისხმობს მენტალური მოდელების შეგუებასა და შეთანაწყობას ახალ გამოცდილებასთან, რათა ახალი გამოცდილება ათვისებული იქნას.

კონსტრუქტივიზმის შეხედულებები სწავლის პროცესსა და არსზე შემდეგია:

- სწავლა არის საზრისის ძიებისა და მოკვლევის პროცესი. ამდენად სწავლის პროცესი უნდა დაიწყოს იმის დადგენით, თუ რამდენად აქტიურად ცდილობს მოსწავლე ააგოს, შექმნას, ჩასდოს ახალი საზრისი მასში, რასაც სწავლობს.
- საზრისის პოვნა და დადგენა მოითხოვს მთლიანობის გათვალისწინებასა და გაგებას, ისევე როგორც ნაწილებისა და ცალკეული დეტალების ათვისებას. ნაწილები უნდა იყოს გათვალისწინებული და მოაზრებული მთლიანის კონტექსტში („ხეების მიღმა ტყის ხედვა“). აქედან გამომდინარე, სწავლის პროცესი არა მხოლოდ ცალკეულ ფაქტებზე ამახვილებს ყურადღებას, არამედ პირველად ცნებებზეც ფოკუსირდება.
- თუ გვინდა კარგად ვასწავლოთ მოსწავლეს (ბავშვი იქნება ის თუ საშუალო სკოლის მოსწავლე, სტუდენტი თუ ზრდასრული ან უფროსი ასაკის ადამიანი), საჭიროა გავითვალისწინოთ ის მენტალური მოდელები, რომლებსაც მოსწავლე იყენებს სამყაროს აღქმის პროცესში და აგრეთვე ის ძირეული დაშვებები ან ვარაუდები და მტკიცებულებები, რომლებიც ამ მენტალური მოდელების სათავეშია.
- სწავლის პროცესი ემსახურება იმ მიზანს, რომ მოსწავლემ ააგოს საზრისის საკუთარი კონსტრუქტი და არ დაეყრდნოს მხოლოდ „სწორი“ პასუხების დამახსოვრებას ან სხვის მიერ მოძებნილი საზრისის გადამღერებასა და უაზრო გამეორებას.

კურუკულუმი

კონსტრუქტივიზმი სწავლების დროს ცდილობს შეამციროს სტანდარტიზირებული კურუკულუმების მნიშვნელობა და მინიმალურად ხარჯავს ამაზე დროსა და სახსრებს. იგი უფრო ხაზს უსვამს იმას, რომ ტრენინგის ან სასწავლო პროცესის მონაწილეებმა ეფექტურად გამოიყენონ ახალ სიტუაციაში მანამდე მიღებული ცოდნა და ათვისებული უნარ-ჩვევები, ამას გარდა, კონსტრუქტივიზმი ხაზს უსვამს პრობლემის გადაწყვეტის უნარების განვითარებას.

ინსტრუქცია

კონსტრუქტივიზმი ხაზს უსვამს, რომ ტრენინგის დროს მონაწილეებს უნდა მიეცეთ სტიმული გაანალიზონ, ინტერპრეტაცია უყონ, დაახარისხონ და იწინასწარმეტყველონ ინფორმაცია და გადაწყვეტილებანი, გაიბას კავშირი ფაქტებსა და ახლებურ გაგებას შორის, მასწავლებელი ან ტრენერი დასვამს ღია კითხვებს და ხელს უწყობს მონაწილეთა შორის დიალოგს.

გამოკვლევა

კონსტრუქტივიზმი სტანდარტიზირებულ ტესტირებას და რეიტინგების დადგენას ნაკლებად ცდილობს. ამის ნაცვლად იგი მეტ ყურადღებას უთმობს იმას, რომ გამოკვლევის პროცესი თვითონ იყოს სწავლის ნაწილი და მონაწილეებმა თვითონ იმსჯელონ თუ რაოდენ აქვთ წინსვლა და პროგრესი.

ყველა ზემოთაღიშნული მომენტების გამო ინტერაქტიული და გამოცდილებითი სწავლება აქ ტრენინგის წამყვანი ფორმაა.

ფაქტია, რომ ადამიანები განსხვავდებიან იმის მიხედვით, თუ როგორ აღიქვამენ სიტუაციას და როგორ გადაამუშავებენ ინფორმაციას. ამ განსხვავებულობას ეყრდნობა სწავლის სტილის თეორია. ამ მიდგომის თვალსაზრისით არა ხელსაყრელი კითხვაა – „ტრენინგის დროს რომელი მონაწილეა უნარიანი და ნიჭიერი?“, ამ კითხვის ნაცვლად უპრიანია დავსვათ კითხვა: „რამი ავლენს ნიჭსა და უნარს თითოეული ინდივიდი?“.

როგორია ადამიანთა სწავლის სტილი? ჩვენი ტვინი ფრიად სწრაფად ითვისებს და გადაამუშავებს ინფორმაციას. ტვინი სწრაფად სწავლობს, ჩვენ კი ამ ტვინის მატარებლები გაცილებით ნელა ვითვისებთ ახალ ინფორმაციას. უმეტეს შემთხვევებში ჩვენ არ მიეყვებით ჩვენს ტვინს, მის რიტმს, მისი მუშაობის ხარისხსა და სისწრაფეს. ადამიანთა უმეტესობა საკუთარ ტვინს თითქოს არ ენდობა, ისინი უფრო იმ გარემოცვას, მოარულ აზრებსა და სტერეოტიპებს მიჰყვებიან, რომელშიც იხარშებიან და ცხოვრობენ. ჩვენი ტვინი კი დაუღალავად იღებს ინფორმაციას, შეარჩევს და გადაარჩევს მას, გადაამუშავებს და ცნობიერად ან ქვეცნობიერად რეაგირებს. იგი განუწყვეტლივ მოქმედებაშია, როგორც მდგომარეობათა და ინფორმაციათა უწყვეტი ნაკადი. წყვეტა და პაუზა მხოლოდ ჩვენმა გონებამ და ცნობიერმა იცის. ამდენად, ჩვენი ცნობიერება ოკეანეში არსებულ ერთ პაწაწინა კუნძულს ჰგავს. ის, რაც ცნობიერებაში გვეძლევა, გვესმის ან ვხედავთ, აისბერგის ზედა მონაკვეთი და ზედაპირია, ხოლო აისბერგის დანარჩენი უზარმაზარი ნაწილი არ ჩანს, ვერ ვგრძნობთ, არ გვესმის, ვერ მოვიაზრებთ, არ ვიცით. ჩვენი ტვინი, მთელი ჩვენი არსება ცოდნით, შესაძლებლობითა და ინფორმაციული მარაგით გაცილებით უზომოდ მდიდარია, ვიდრე ეს ჩვენ წარმოგვიდგენია.

თითოეულ ჩვენთაგანს ინფორმაციის მიღებისა და გადაამუშავების, სწავლისა და მოქმედების ჩვენული სტილი გვაქვს.

დიდმა ფსიქოლოგმა კ. იუნგმა ჯერ კიდევ ერთი საუკუნის წინ ადამიანები დაჰყო ექსტრავერტებად და ინტროვერტებად. ექსტრავერტები უფრო მეტად გარე სამყაროსკენ არიან ორიენტირებული, ისინი გარემოდან მოსულ სტიმულაციაზე უფრო რეაგირებენ, ვიდრე შინაგან განცდებსა, ფიქრებსა და შეგრძნებებზე. მათი მუდმივი ყურადღების საგანია შთაბეჭდილებები და მოვლენები, რომლებიც გარემოში ხდება, აკვირდებიან საგნებს, ნივთებს, ბუნების მოვლენებსა თუ

გარშემომყოფებს. მათ უყვართ ხალხმრავალი სიტუაცია, სანახაობები, გაურბიან განმარტობას. ინტროვერტი სულ სხვანაირად არის მოწყობილი. მისი ყურადღების საგანი მეტწილად შინაგანი სამყაროა, მას უყვარს თვითრეფლექსია, საკუთარ განცდებზე დაკვირვება, განმარტობა. მას შეუძლია თვითანალიზი, იგი შედარებით ღრმაა, ვიდრე ზედაპირული. ის გარემოდან მოსულ სტიმულაციასა და ინფორმაციაზე უფრო მეტად ადამიანების განცდების ამსახველ ფაქტებსა, ნაწარმოებებზე ან კულტურის პროდუქტებზე რეაგირებს. ექსტრავერტი მეტწილად გარე სამყაროდან მოსულ ინფორმაციაზე არის ორიენტირებული, მის მიღებას, გადამუშავებასა და დამახსოვრება-შენახვას უთმობს ყურადღებას, ხოლო ინტროვერტი შინაგანი სამყაროს ხმას უსმენს, მისგან მოსულ ინფორმაციას გადამუშავებს. ამგვარად, სწავლის თვალსაზრისით ინტროვერტები და ექსტრავერტები მოვლენათა სხვადასხვა მხარეებზე ამახვილებენ ყურადღებას და სხვადასხვა რაიმეს აითვისებენ. მაგრამ როგორც ექსტრავერტი, ისე ინტროვერტი ინფორმაციის მიღებისა და გადამუშავების არხებიდან მეტწილად იყენებს ან შეგრძნებების, ან ინტუიციის, ან აზროვნებისა ან კიდევ ემოციის (გრძნობის) არხს. შესაბამისად კ. იუნგმა გამოჰყო ადამიანთა 8 ტიპი:

ექსტრავერტები:

- 1) შეგრძნებითი – ექსტრავერტი
- 2) ინტუიტიური – ექსტრავერტი
- 3) აზროვნებითი – ექსტრავერტი
- 4) ემოციური – ექსტრავერტი

ინტროვერტები:

- 1) შეგრძნებითი – ინტროვერტი
- 2) ინტუიტიური – ინტროვერტი
- 3) აზროვნებითი – ინტროვერტი
- 4) ემოციური – ინტროვერტი

კ. იუნგის ტიპოლოგიაზე დაყრდნობით მაისერმა და ბრიგსმა შეიმუშავეს ტიპოლოგიის ნაირსახეობა, რომელსაც ბევრი იყენებს დღეს სამუშაოზე შესაბამისი კადრების მოზიდვისა და შერჩევის, სამუშაო გუნდის დაკომპლექტების საქმეში. ასევე ლაპარაკია სწავლის განსხვავებულ სტილზე სხვადასხვა ზემოთხსენებული ტიპის ადამიანებში.

ცნობილია სწავლის სხვა ტიპოლოგიაც. მაგალითად პ. ჰანიმ და ა. მამფორდმა შეიმუშავეს შემდეგი ტიპოლოგია:

- აქტივისტები – ისინი ისწრაფიან მიიღონ რაც შეიძლება მეტი გამოცდილება და მცდელობას არ აკლებენ ცხოვრებას. ისინი ილტვიან მიიღონ ცოცხალი და მწვავე შთაბეჭდილებები აქ და ამჟამად, უყვართ ენთუზიაზმი, აგზნებულნი და მოქმედნი არიან, მაგრამ ასევე აღვილად შეიძლება დაეუფლოთ მოწყენილობის გრძნობა, თუკი სათანადო სტიმულაცია არ ექნათ.
- პრაგმატისტები – ეს არიან ადამიანები, რომლებიც რეალურ და პრაქტიკულ სარგებლობას ეძებენ ყველა ქმედებასა და საბუშაოში.
- მოაზროვნენი – ესენი ყოველთვის იღებენ ტაიმ-აუტს, რათა დაფიქრდნენ და მოაზრებულად იმოქმედონ. მათ არ უყვართ უეცარი რეაგირება.
- თეორეტიკოსები – ესენი ხაზს უსვამენ და აქცენტს აკეთებენ ცნებებსა და მოდელებზე. მათ ახასიათებთ ყველაფრისადმი მეთოდური და თანმიმდევრული მიდგომა და თავს არიდებენ ხელალებით, სპონტანურ მოქმედებას.

ჯერ კიდევ მე-20 საუკუნის დასაწყისში გერმანელმა ფსიქოლოგმა შპრანგერმა შეიმუშავა ადამიანის ხასიათის ტიპოლოგია იმაზე დაყრდნობით, თუ რა ღირებულებები წარმართავენ მის ქცევასა და ცხოვრებას. ეს ტიპოლოგია ასე გამოიყურება:

- თეორიული ადამიანი. მისი ძირითადი ღირებულება შემეცნებაა. ესთეტიური ადამიანი. იგი მშვენიერებასა და სილამაზეს, ხელოვნებას ანიჭებს ყველაზე მეტ მნიშვნელობას.
- პოლიტიკური ადამიანი. ხასიათის ამ ტიპისათვის ძალაუფლებისკენ სწრაფვა, დომინირება, მართვაა ის ღირებულება, რაც მის ცხოვრებას საზრისს ანიჭებს.
- სოციალური ადამიანი. იგი უფრო სხვების სამსახურშია, მას ბრძანებლობა კი არ აინტერესებს, არამედ სოლიდარობა.
- რელიგიური ადამიანი. მისთვის ღირებულების ძალას იძენს სამყაროს მთლიანობა, ღმერთი, იდეა, სამყაროს გონი.

ამგვარად, ჩვენი ხასიათის ტიპები მრავალგვარია. ადამიანები ბევრი განზომილებითა და ბევრი კრიტერიუმებით ერთმანეთისგან განსხვავდებით. ამ განსხვავებას თვითონ აქვს უზარმაზარი ფასი და განსხვავებულობის პატივისცემა გაცილებით მნიშვნელოვანია, ვიდრე შენაირსა და შენსავე დუბლიკატებს უკმყო გუნდრუკი. ახლის ათვისე-

ბისა და სწავლის სიტუაციაში განსხვავებულად ვრეაგირებთ. მაგრამ რაც უფრო მრავალფეროვანია ინფორმაციის მიღებისა და გადამუშავების არხები და უნარები, მით უფრო მეტ წარმატებებს ვაღწევთ.

ადამიანთა განსხვავებული ტიპები სხვადასხვა სტილით სწავლობენ. კიდევ ერთ ტიპოლოგიას მივუთითებდით, რომელიც ინფორმაციის აღქმისა და გადამუშავების პროცესებში განსხვავებებს აელენს სწავლის პროცესში:

- კონკრეტული აღქმისაკენ მიდრეკილება. ადამიანთა გარკვეული რაოდენობა, რომელთაც შეიძლება ეწოდოს კონკრეტული აღმქმელები, ინფორმაციას ღებულობენ და გადაამუშავებენ უშუალო გამოცდილებაზე, კონკრეტულ აღქმაზე, კეთებასა და ქმედებაზე, შეგრძნებასა და ემოციაზე დაყრდნობით.
- აბსტრაქტული აღქმისაკენ მიდრეკილება. აბსტრაქტული აღმქმელები ინფორმაციას ღებულობენ და გადაამუშავებენ ანალიზზე, დაკვირვებასა და აზროვნებაზე დაყრდნობით. ინფორმაციის აქტიური გადამამუშავებლები. ესენი უშუალოდ ერთვებიან ახალი ინფორმაციის გადამამუშავების პროცესში, უშუალოდ რეაგირებენ მოვლენებზე და სწრაფად ღებულობენ გადაწყვეტილებას.
- რეფლექსიური დამოკიდებულება. ამ კატეგორიის ადამიანები ჩაუღრმავდებიან მოვლენებს, ცდილობენ ღრმად მოიაზრონ მოვლენათა მიზეზები და მათი საზრისი.

ყველა ჩვენგანს შეგვიძლია მოვიაზროთ სწავლისა და ინფორმაციის გადამამუშავების ჩვენეული სტილი. ამასთან დაკავშირებით შემოგთავაზებთ სავარჯიშოს ან ტექნიკას, რომელიც უპირატესად საკუთარი თავისადმი კითხვების დასმასა და პასუხების მოპოვებაში გამოიხატება. შეავსეთ ეს მატრიცა, გაიცნობიერეთ თქვენი თავისებურებები და მოძებნეთ თქვენი რეკომენდაციები საკუთარი სწავლის სტილისა და მოქნილობის დონის გასაუმჯობესებლად.

სავარჯიშო 6.

კითხვები საკუთარი თავისადმი	თქვენი პასუხები	რა შეიძლება ვცადოთ მრავალფეროვნებისა და მოქნილობისათვის
რამდენად მიტაცებს ხალხმრავალი სიტუაციები?		
რაოდენ მიმართული ვარ, რომ მივიღო შთაბეჭდილებები გარემოდან?		
რაოდენ მიყვარს და ვიტან განმარტობას?		
ხომ არ მიძნელდება ხალხმრავალ სიტუაციაში ყოფნა?		
ხშირად ვუკვირდება ჩემს თავს, შინაგან განცდებს და ვაანალიზებ ჩემს ქმედებებს?		
რა უფრო მიაღვივდება და მომწონს – ჩემს გარეთ არსებული სამყაროს დაკვირვება თუ ჩემი შინაგანი სამყაროსა და განცდების ანალიზი?		
რამდენად ვაქცევ ყურადღებას თუ რას ვხედავ, რა მესმის, რა სუნი მცემს, რას ვეხები, რას გრძნობს ტანი?		
ვენდობი თუ არა ინტუიციას?		
ცივი გონებით ვწყვეტ პრობლემებს? მიყვარს აბსტრაქტული აზროვნება?		

რაოდენ მიტაცებს თეორიული მსჯელობა?		
ემოციურად კრეაგირებ? ვექცევი თუ არა გრძნობების ტყვეობაში? გონებას ხშირად გადაწონის გრძნობა?		
რამდენად პრაგმატული ვარ? მაინტერესებს ფული, სარგებლის მიღება, ეკონომიკური შემოსავალი?		
აქტიური ვარ? მოქმედებაზე ადვილად გადავდივარ თუ ვპასიურობ?		
რაოდენ მიტაცებს ხელოვნება? რაოდენ ხშირად წინ წამოვწევ მოვლენის ესთეტიურ მხარეს?		
რა არის ჩემთვის პოლიტიკა? მაინტერესებს თუ არა ძალაუფლება, ადამიანთა მართვა? მაინტერესებს პოლიტიკა?		

იმედია, ეს სავარჯიშო დაგეხმარებათ უკეთ მოიაზროთ თქვენი თავისებურებები და წინ წახვიდეთ თვითსრულყოფის მიმართულებით.

სწავლისადმი ეს მიდგომა ხაზს უსვამს თემის წევრობას და თემის როლს ინდივიდის სწავლით აქტიუობაში. ეს თეორია ცდილობს შეისწავლოს თემის სტრუქტურა და მის ფარგლებში მიმდინარე სწავლის პროცესი.

თემის პრაქტიკის ცნება შემოიტანა სწავლის კვლევის ინსტიტუტმა, რომელიც Xerox Corporation in Palo Alto ფარგლებში ფუნქციონირებდა. ინსტიტუტმა ჩაატარა ინტერ-დისციპლინარული კვლევები, რომლებშიც კოგნიტური პროცესების სპეციალისტების გარდა მონაწილეობდნენ პროფესიონალი მასწავლებლები, სოციალური და კულტურული ანთროპოლოგები, სოციოლოგები და ორგანიზაციათა მკვლევარები.

თემის პრაქტიკის თეორიის ძირითადი დებულებები შემდეგია:

- სწავლა თავის საძირკველში სოციალური ფენომენია. ადამიანები სწავლის პროცესსა და შინაარსს იმ სოციალური თემის (ერთობის) კონტექსტსა და თავისებურებებს მოარგებენ, რომელსაც ისინი მიეკუთვნებიან.

- ცოდნა ინტეგრირებულია თემის ცხოვრებაში, რაც ღირებულებების, რწმენათა და მრწამსთა, ენების და ქმედებების ურთიერთგაზიარების პროცესის სახით გვევლინება. ასეთ ინტეგრაციასა და ურთიერთ-გაზიარებას უწოდებენ თემის პრაქტიკას. რეალური ცოდნა ინტეგრირებულია ქმედებებსა და სოციალურ კავშირ-ურთიერთობებში, რაც თემის ექსპერტიზას განაპირობებს.

სწავლისა და თემის პრაქტიკის წევრობა ურთიერთ განუყოფელია. რაზან სწავლა თემის წევრობასთან არის დაკავშირებული, იგი განსაზღვრავს ჩვენს მიკუთვნებულობასა და სტატუსს სოციალურ ჯგუფში. რამდენადაც იცვლება ჩვენი სწავლის ხარისხი, იმდენად ჩვენი იდენტურობაცა და ჩვენი სოციალური კავშირები იცვლება.

ცოდნა განუყოფელია პრაქტიკისაგან. ცოდნა კავშირშია კეთებისთან. კეთებით ვსწავლობთ.

- თემის გაძლიერება ზრდის სწავლის პოტენციალს. პირობები, რომელშიც ჩართულნი ვართ, ჩვენზეც ზემოქმედებს და თემის ცხოვრებაზეც, და სწორედ ეს ქმნის სასწავლო გარემოს, რომელსაც დიდი ძალა გააჩნია.

როგორ ზემოქმედებს სწავლის პროცესზე თემის პრაქტიკა? სწავლისადმი ეს მიდგომა ტრენერს ავალდებულებს გაითვალისწინოს ტრენინგის მონაწილეთა თემის პრაქტიკა და ის, თუ რას აკეთებენ სწავლის თვალსაზრისით ტრენინგის მონაწილენი თემის ფარგლებში. ამ მიდგომის ფარგლებში ტრენერი ასტრუქტურებს ყველა შესაძლებლობებს ქმედებების, კეთებისა და პრაქტიკის, სოციალური კავშირების თვალსაზრისით, მაგალითად, სასწავლო სერვისებს და რესურს-ცენტრებს. ამას გარდა ტრენერი ქმნის რეალური პრობლემების გადაწყვეტის პირობებს რეალურ სასწავლო სიტუაციაში, ამასთან ერთად ტრენერი ჩართავს ზრდასრულს, რათა მან დაეხმაროს მოზარდს რეალური პრობლემების დაძლევაში.

კონტროლის თეორიის ავტორია უ. გლასსერი. ამ თეორიის მიხედვით ადამიანის ქცევის მიზეზი ყოველ მოცემულ მომენტში გარეგანი სტიმული კი არ არის, არამედ ის მოთხოვნილება, რომელიც ადამიანში მოცემულია სურვილის სახით და მას ყველაზე უკეთ სიტყვა „მინდა“ გამოხატავს. უ. გლასერი თვლის, რომ ადამიანის ქცევებს განსაზღვრავს ისეთი ძირეული მოთხოვნილებები, როგორიცაა გადარჩენის, სიყვარულის, ძალაუფლებისა და თავისუფლების მოთხოვნილებები. ადამიანთა საბაზო მოთხოვნილებების შესახებ მრავალი თეორიებია შემოთავაზებული. ცნობილია ა. მასლოუს მოთხოვნილებათა პირამიდის თეორია, სადაც მოთხოვნილებები შემდეგნაირი იერარქიის მიხედვითაა განლაგებული: ფიზიოლოგიური, უსაფრთხოების, სოციალური კავშირების, შემეცნების, პრესტიჟის და თვითაქტუალიზაციის მოთხოვნილებები. ადამიანის საბაზო მოთხოვნილებათა შესახებ საინტერესო შეხედულებები აქვს ჩილელ ეკონომისტ მაქს ნიფს. იგი ჩამოთვლის შემდეგ საბაზო მოთხოვნილებებს, რომლებიც ყველა ეპოქაში და ყველა ქვეყანაში ახასიათებდათ ადამიანებს. ესენია: გადარჩენის, უსაფრთხოების, მონაწილეობის, იდენტობის, შემეცნების, თავისუფლების, რეკრეაციის (გართობა-დასვენება-ძალების აღდგენის), აფილიაციის (ემოციური პიროვნებათაშორისი კავშირების), შემოქმედების. ჩვენ ამას დავუმატებდით სამართლიანობის, ტრანსცენდირებისა და ლიდერობა-ძალაუფლების მოთხოვნილებებს.

თუ დროებით გადავდებთ მოთხოვნილებათა მრავალფეროვნების თემას, კონტროლის თეორიაში ის არის მნიშვნელოვანი, რომ ადამიანი თავისი მოთხოვნილების დაკმაყოფილებაზეა ორიენტირებული და იგი კონტროლს უწევს გარე და შინაგან რეალობას ამ მოთხოვნილებათა დაკმაყოფილების პროცესისა და საშუალებების თვალსაზრისით. ამდენად კონტროლი აქ ეხება მოთხოვნილების დაკმაყოფილებას არდაკმაყოფილების კონტროლს. უ. გლასსერი თვლის, რომ ასეთი კონტროლის მეოხებით ადამიანები ცდილობენ მოთხოვნილების დაკმაყოფილების მაქსიმიზირებას. თუკი ადამიანები არამოტივირებულები არიან, ეს იმას ნიშნავს, რომ შესასრულებელი ქმედება ან გადასაწყვეტი ამოცანა არ შეესაბამება მათ მოთხოვნილებებს. მაგალითად, თუკი მოსწავლეს ეზარება და არ სურს საშინაო დავალების შესრულება, სახეზეა ამ დავალების შეუსაბამობა მოსწავლის სურვილებთან. საჭიროა ისე მივცეთ დავალება, რომ იგი უნისონში მოდიოდეს მოსწავლის

მოთხოვნილებებთან. ტრენერი, რომელიც ბოსსის პოზიციაში ზის, დასჯითა და წახალისებით უბიძგებს ტრენინგის მონაწილე მოსწავლეს მოერგოს ბოსსის შემოთავაზებულ წესებს და შეასრულოს ტრენინგში დასმული ამოცანა ან დავალება. ტრენერი, რომელიც წამყვანის ან გზამკვლევის როლში ზის, მონაწილეებს კი არ აიძულებს დასჯა-წახალისებით, არამედ უქმნის მათ შინაგან მოტივაციას ტრენინგის ამოცანის მოსწავლის საჭიროებებთან და მოთხოვნილებებთან შესაბამისობაში მოყვანის მეოხებით.

კურუკულუმი

ტრენერი აწარმოებს მოლაპარაკებას როგორც ტრენინგის შინა-არსის ასევე მეთოდის შესახებ ტრენინგის მონაწილეებთან. ტრენინგის მონაწილეთა საბაზო მოთხოვნილებანი დაეხმარება ტრენინგის წამყვანს შეიმუშავოს გეგმა და ფორმატი იმის თაობაზე, თუ რა და როგორ ასწავ-ლოს მოსწავლეს.

ინსტრუქცია

ტრენერი თანამშრომლობს ტრენინგის მონაწილეებთან, ხოლო აქტიური ინტერაქტიული მეთოდების გამოყენებით აძლიერებს იმას, რომ თვითონ ტრენინგის მონაწილეები მართავდნენ პროცესს და დაკ-მაყოფილდეს მათი ძალაუფლების მოთხოვნილება. ტრენერი უნდა იყოს დარწმუნებული, რომ ყველა მის მიერ დასმული ამოცანა ტრენინგის მონაწილეთა მოთხოვნილებათა დაკმაყოფილებას უწყობს ხელს. ეს ზრდის ტრენინგის მონაწილეთა ჩართულობის ხარისხს ტრენინგში. ტრენინგის მონაწილეები ლოიალური ხდებიან, რათა შეასრულონ თვით ნაკლებ საინტერესო ამოცანა, რახან ის აუცილებელი წინაპირობა იქნება უფრო მნიშვნელოვანი და აუცილებელი ამოცანის გადასაწყვეტად.

ტრენერი აგროვებს ინფორმაციას იმის თაობაზე, რომ დაკმაყოფილებული იყოს ტრენინგის მონაწილის ძალაუფლების მოთხოვნილება, რაც იმაში გამოიხატება, რომ ტრენინგის მონაწილეთა საბაზო მოთხოვნილებანი დაკმაყოფილდებიან ტრენინგის პროცესში და ეს პროცესი კი კონტროლს ექვემდებარება მონაწილეთა მხრიდან.

დაკვირვებითი სწავლა, რომელსაც მეორენაირად სოციალური სწავლის თეორიასაც უწოდებენ, აღნიშნავს იმ გარემოებას, რომ დამკვირვებლის ქცევა იცვლება დაკვირვების ობიექტის ანუ მოდელის ქცევის ხილვის შედეგად. დამკვირვებლის ქცევაზე შეიძლება გავლენა მოახდინოს მოდელის ქცევის დადებითმა ან უარყოფითმა შედეგებმა, კერძოდ, მოდელის მიერ წახალისების ან ჯილდოს მიღებამ და სასჯელის მიღებამ. მოდელის მიერ ჯილდოს ან წახალისების მიღებას ვიკარიული განმტკიცება, ხოლო სასჯელის მიღებას ვიკარიული დასჯა ეწოდება. ამგვარად, მოდელის ვიკარიული განმტკიცება ან დასჯა გავლენას ახდენს დამკვირვებლის ქცევის ცვლილებაზე, რასაც ახალი ქცევის სწავლამდე მივყავართ დამკვირვებელში. რადგანაც ეს სწავლა მეორე ადამიანის ან ადამიანთა ჯგუფის ქცევებზე დაკვირვების და მათი ვიკარიული შედეგების მეოხებით ხორციელდება, ამიტომაც ამ სახის სწავლას შეიძლება სოციალური სწავლა ეწოდოს.

დაკვირვებითი ანუ სოციალური სწავლის თეორია ეფუძნება შემდეგ პრინციპებს:

- დამკვირვებელი მიჰბაძავს მოდელის ქცევას იმ შემთხვევაში, თუკი მოდელი ავლენს ისეთ თვისებებს, როგორიცაა ტალანტი, მაღალი ინტელექტი, ძალაუფლება, კარგი შეასახედაობა, პოპულარობა, დადებითი პიროვნული თვისებები. მოდელი უნდა იყოს მიმზიდველი ან სასურველი პიროვნება, რათა მისი ქცევები გადმოიღოს დამკვირვებელმა.
- როცა მოდელის ქცევა არის წარმატებული იმ მხრივ, რომ იგი წახალისდა ან დაჯილდოვდა რაიმეთი, მაშინ დამკვირვებელი მიისწრაფვის გაიმეოროს მოდელის ქცევა. როცა მოდელი წარუმატებელია და ღებულობს რაიმენაირ დასჯას ვიკარიული სასჯელის სახით, მაშინ დამკვირვებელი ცდილობს არ გაიმეოროს მოდელის ქცევა.
- არსებობს განსხვავება დამკვირვებლის „ათვისებულ“ და „შესრულებულ ან განხორციელებულ“ ქცევას შორის. დაკვირვების მეოხებით დამკვირვებელი ათვისებს ქცევას, თუმცა შეიძლება ის იმწუთშივე არც კი შეასრულოს. დამკვირვებელმა შეიძლება მოგვიანებით, გარკვეული დროის გავლის შემდეგ და თანაც მოტივაციის ქონისა და ერთგვარი ბიძგის პირობებში ათვისებული ქცევა გადაიყვანოს განხორციელების რეჟიმში.

- დაკვირვების მეოხებით სწავლა შეიცავს 4 განსხვავებულ პროცესს: 1) ყურადღება, 2) შენარჩუნება, 3) პროდუქცირება და 4) მოტივაცია.

ყურადღება: დამკვირვებლები ვერ სწავლობენ, თუკი ყურადღებას არ აქცევენ თუ რა ხდება ირგვლივ. დამკვირვებელის ყურადღების ხარისხზე გავლენას ახდენს თვითონ მოდელის თავისებურებები და, კერძოდ კი, თუ რამდენად აიგივებს თავს დამკვირვებელი მოდელთან და რამდენად „მისიანად“ მიიჩნევს მას. მეორეს მხრივ, დიდი მნიშვნელობა აქვს თვით დამკვირვებლის თავისებურებებს, როგორიცაა დამკვირვებლის მოლოდინები და ემოციური მდგომარეობა.

შენარჩუნება: დამკვირვებელმა არა მხოლოდ უნდა გამოიცნოს, დააფიქსიროს და ათვისოს ის ქცევა, რომელსაც დააკვირდა, არამედ კიდევ უნდა დაიმახსოვროს და გაიხსენოს სათანადო დროის გავლის შემდეგ.

პროდუქცირება: დამკვირვებელს უნდა ჰქონდეს იმის ფიზიკური და ინტელექტუალური უნარი და შესაძლებლობა, რომ მოახდინოს მოდელის ქცევის პროდუქცირება. ბევრ შემთხვევაში დამკვირვებელი ფლობს შესაბამის ქცევით რესურსებს, რათა განახორციელოს თავის ქმედებაში მოდელის მსგავსი ქცევა. მაგრამ არის ისეთი შემთხვევებიც, როცა მოდელის ქცევის შესაბამისი ჩვევები ჯერ კიდევ არა აქვს ათვისებული დამკვირვებელს. მაგალითად, ცირკის ჟონგლიორის კარგი დაკვირვება ჯერ კიდევ ვერ უზრუნველყოფს იმას, რომ დამკვირვებელმა ის თავის ქცევაში გადაიტანოს სათანადო გავარჯიშების გარეშე.

მოტივაცია: დამკვირვებელი არ განახორციელებს მოდელის ქცევას, თუ ის არ არის სათანადოდ მოტივირებული. მოდელის ვიკარიული განმტკიცება ან ვიკარიული დასჯა ამ შემთხვევაში მნიშვნელოვანი მოტივაციური ფაქტორია.

ყურადღება და შენარჩუნება ხელს უწყობს მოდელის ქცევის ათვისებას, ხოლო პროდუქცირება და მოტივაცია უზრუნველყოფს დამკვირვებლის მიერ შესაბამისი ქცევის რეალურ განხორციელებას.

პიროვნების ქცევა მის ინტელექტზე, ემოციებსა, განწყობებსა და მოთხოვნილებებზე არის დამოკიდებული, მაგრამ მეორეს მხრივ გარემოც უზარმაზარ ზეგავლენას ახდენს ქცევაზე. გარემოს ზეგავლენის დაღი ატყვია იმას, რაც პიროვნებამ იცის ან თუ როგორ იქცევა იგი; ტელევიზორიდან, უფროსებიდან, მშობლებიდან, ქუჩიდან და, მოკლედ, გარემოდანაც უზარმაზარი ზეგავლენა მოდის, რითაც ადამიანი სწავლობს და ითვისებს ამა თუ იმ ქცევას, ჩვევას, ინფორმაციას. მაგრამ თვითონ ადამიანის ქცევაც ახდენს ზეგავლენას გარემოზე.

კურუკულუმი

ტრენინგის მონაწილეებს უნდა ჰქონდეთ შესაძლებლობა დააკვირდნენ და მოდელირება უყონ სხვადასხვა ქცევებს, რომელთაც მიეყვართ პოზიტიურ განმტკიცებამდე (სტიმულირებამდე).

ინსტრუქცია

ტრენინგის წამყვანმა უნდა წახალისოს თანამშრომლობითი ატმოსფერო, რათა სწავლის პროცესი მიმდინარეობდეს მნიშვნელოვან სოციალურ და გარემოსეულ კონტექსტში.

გამოკვლევა

თუ გარემო სათანადოდ არ არის აწყობილი, სასწავლო ქცევა ხშირად ცუდად მიმდინარეობს. ტრენინგის წამყვანმა უნდა შექმნას მიმზიდველი და მასტიმულირებელი გარემო, რათა შესაბამისი ქცევითი ნიმუშები იქნას ათვისებული.

ჩვენ განვიხილეთ სწავლისა და განვითარების თეორიები. შემოქმედებითი თვითგამოხატვა სწავლისა და განვითარების თეორიათა შუქზე გვსურდა განგვეხილა. ცხადია, რომ რომელიმე ერთი ზემოთჩამოთვლილი თეორია არ პასუხობს კითხვას შემოქმედებითი თვითგამოხატვის კავშირის ბუნების შესახებ სწავლისა და განვითარების პროცესთან. სწორი იქნებოდა, თუ ჩავთვლიდით მართებულად, რომ ყველა მითითებული თეორია ურთიერთშემავსებელია. სწავლისა და განვითარების პროცესს საკმაოდ მრავალი წახნაგი აქვს და თითოეული თეორიათაგანი ამ მრავალ წახნაგთან მხოლოდ ერთ ნაწილს ეხება.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვას როგორც ერთგვარ ფაქტორს მართლაც მაღალი წონა აქვს ახალი ქცევების დაუფლების, ამა თუ იმ გარეგანი მოქმედების გაშინაგანების ანუ ინტერიორიზაციის, მასალის ათვისების და განვითარების ახალ სტადიაზე გადასვლის პროცესში. ამასთან ერთად შემოქმედებითი თვითგამოხატვა შეიძლება უკავშირდებოდეს ასაკობრივი გარემოს თავისებურებებს ან ფუნქციონალურ ტენდენციას, კულტურის გავლენასა და განვითარების უახლოესი ზონის პრინციპს, პირობითრეფლექსურ ან ოპერანტულ განპირობებას, ბავშვის განვითარების სტადიალურ ბუნებასა და ასიმილაცია-აკომოდაციის პროცესს, ტვინის ნეიროლოგიურ საფუძველს და მარჯვენა-მარცხენა ჰემისფეროების ფუნქციონირებას, ხასიათის ტიპოლოგიურ თავისებურებებსა და სწავლის სტილის მახასიათებლებს, სოციალური სწავლისა და კონტროლის უნარის ფორმირებას, თემისა და მიკროსოციალური გარემოს თავისებურებებს.

ამდენად, შემოქმედებითი თვითგამოხატვის პროცესის განმავითარებელი ფუნქცია შეიძლება მოვიაზროთ ზემოთ მოტანილ სხვადასხვა თეორიათა შუქზე და პლურალისტური ხედვა უფრო მდიდარიც იქნებოდა. მაგრამ აქვე გვსურს აღვნიშნოთ ერთი მნიშვნელოვანი გარემოება: შემოქმედებითი თვითგამოხატვა ორი უაღრესად მნიშვნელოვანი მოთხოვნილების გასაყარზე აღმოცენებული პროცესია – ერთის მხრივ, ეს არის თვითაქტივობის მოთხოვნილება ანუ ფუნქციონალური ტენდენცია და, მეორეს მხრივ, აღიარების მოთხოვნილება. ფუნქციონალური ტენდენცია შემოქმედებით და სპონტანურ აქტივობას ედება საფუძველად, ხოლო აღიარების მოთხოვნილება საკუთარი თავის გამოხატვას უზრუნველყოფს. როგორც თვითაქტივობის მოთხოვნილება ანუ ფუნქციონალური ტენდენცია, ისე აღიარების მოთხოვნილება ჩველი ასაკიდან მოჰყვება ბავშვს და მიყვება მას მთელი ცხოვრების განმავლობაში.

აღიარების მოთხოვნილების ძირი და უმარტივესი ფორმა, როცა

გცნობენ, გიდასტურებენ არსებობას, გესაღმებთან, ითვალისწინებენ შენს აზრს, გთვლიან რომ ადამიანი ხარ, გღებულობენ და ურთიერთობისათვის კარებს გიღებენ. მისი უფრო გართულებული და დიფერენცირებული ფორმაა, როცა გაძლევენ შეფასებასა და უკუკავშირს, დაგიფასებენ ამაგს, ღვაწლს და მადლიერებას გამოგიხატავენ, სათანადოდ დააფასებენ შენს მინალწევარს. აღიარების მოთხოვნილება სოციალურ არსებად აქცევს ადამიანს, იგი ხიდია ადამიანსა და მეორე ადამიანს შორის. როცა აღიარების მოთხოვნილება დაკმაყოფილებულია, ადამიანს სტიმული ეძლევა არსებობისა და ცხოვრებისეული წინსვლისათვის. ამ დროს იზრდება ათვისებისა და სწავლის უნარი. ენთუზიაზმი მატულობს. პირიქით, როცა ადამიანი არ ღებულობს აღიარებას, მას არ სცნობენ, არ ღებულობენ და უგულვებელჰყოფენ, არ აძლევენ უკუკავშირს, არ შეუფასებენ მოქმედებას ან მოქმედების პროდუქტს, არ დაუფასებენ ამაგს ან ღვაწლს, არ გაითვალისწინებენ მის აზრს, არ ჩათვლიან მოხსენიების ან მისაღმების ღირსად და ა.შ., მაშინ პიროვნების ქმედითუნარიანობა შეიძლება შეიზღუდოს, იგი მოიცვას სტრესულმა დაძაბულობამ, დაუქვეითდეს სწავლისა და მასალის ათვისების უნარი. შემოქმედებითი აქტივობა იმიტომ ისწრაფვის თვითგამოხატვისაკენ, რომ შემოქმედების სუბიექტს ყოველთვის სურს ჰყავდეს დამნახავი და შემფასებელი, შემოქმედი ყოველთვის ისწრაფვის აღიარებისაკენ. ეს აღიარებისაკენ სწრაფვა ყოველთვის არ ნიშნავს ამბიციას, იგი უფრო მარტივი ვითარების ასახვაა: შემოქმედებითი აქტი შემოქმედებით იმპულსს ეფუძვნება, ხოლო ეს იმპულსი კიდევ უფრო ძლიერდება ან თუნდაც გრძელდება, როცა შემოქმედს ცნობენ, აძლევენ უკუკავშირს, არ უგულვებელჰყოფენ და ღებულობენ მას, შეუფასებენ ნაღვაწს და ა.შ. პირიქით, როცა არ-აღიარება მოსდევს შემოქმედებით ძალისხმევას, შემოქმედებითი იმპულსები ან ქვეითდება, ან შემოქმედი პიროვნება მიეცემა უიმედობას, გაღიზიანებას, დესტრუქტულ თავდავიწყებასა და ესკაპიზმს (ალკოჰოლი, ნარკოტიკი.....). შემოქმედებითი აქტივობა პიროვნულ ზრდასთან არის დაკავშირებული, ხოლო პიროვნული ზრდის ბლოკირება ბავშვობის, მოზარდობისა და ზრდასრულობის ასაკში მნიშვნელოვანწილად არის განპირობებული იმ არ-მიმღებლობისა და არაღიარების ატმოსფეროთი ან პრეცედენტებით, რის მსხვერპლიც შეიძლება გახდეს პიროვნება. პიროვნული ზრდის იმპულსების გაშლა კი მიმღებლობისა და აღიარების ატმოსფეროთი და პრეცედენტებით განისაზღვრება. ამასთან ერთად აღიარების რაოდენობრივ მაჩვენებლებზე უფრო მეტი მნიშვნელობა ხარისხობრივ მხარეებს აქვს. არა ის არის მთავარი, რომ ბევრმა გაღიაროს და

მიგიღოს, არამედ იმან, ვინც შენთვის მნიშვნელოვანია. „მნიშვნელოვანი სხვა“ განსაზღვრავს ჩვენს ცხოვრებას და არა „უმნიშვნელო სხვები“. ჩვილისათვის „მნიშვნელოვანი სხვა“ დედა და მისი მხრიდან ყურადღება და აღერის ბევრად უფრო საჭიროა ბავშვის კეთილდღეობისა და ზრდა-განვითარებისათვის, ვიდრე ათეული სხვა ნეიტრალური ადამიანის ყურადღება და მოფერება. დაწყებით სასწავლო ასაკში მასწავლებლის შექებას უფრო მეტი მნიშვნელობა აქვს მოსწავლისათვის, ვიდრე თანატოლისას. სამაგიეროდ პუბერტატისა და მოზარდობის ასაკში მოსწავლისათვის თანატოლის შექება უფრო მნიშვნელოვანი ხდება, ვიდრე უფროსის ან მასწავლებლის აზრი მის შესახებ. კარგი ხელოვანი მაშინ უფრო გრძნობს აღიარების მადლს, როცა ხელოვნების კარგი მცოდნე შეაფასებს მის ნაღვაწს, ვიდრე ხელოვნებაში უბირი და უგემოვნო კაცი. „მნიშვნელოვანი სხვისაგან“ აღიარება და ცნობა, დაფასება და მიმღებლობა საჩუქარია, რომელიც „მთებს გადაგადგმევინებს“ და პიროვნულად გაგზრდის, ზოლო მისგან უგულვებელყოფა და იგნორირება სასჯელია, რომელიც ზედმეტობის, უსარგებლობისა და უსუსურობის გრძნობას ჩაგინერგავს და პიროვნულად დაგცემს. ამდენად, თითოეულ ჩვენთაგანს გარკვეული წილი გვაქვს მეორე ადამიანის პიროვნულ ზრდასა თუ დაცემაში. ამდენად აქვს ურთიერთმიმღებლობასა და განსხვავებულობის პატივისცემას მნიშვნელობა ადამიანთაშორის ურთიერთობებში.

ჩვენი წიგნის შემდეგ თავში ის საკარჯიშოები, თამაშები და ტექნიკებია აღწერილი, რომლებიც გამოიყენება მოზარდებთან მუშაობაში შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და არტთერაპიის კუთხით. მათ გამოყენებას ცოცხალ პრექტიკაში მხოლოდ მაშინ აქვს ძალა და ეფექტი, როცა ტრენერის, წამყვანის თუ პედაგოგის მხრიდან იგრძნობა მიმღებლობის, განსხვავებულობების პატივისცემის და აღსაზრდელის ან ტრენინგის მონაწილის უნიკალობის აღიარების განწყობა. აღიარებითი და მიმღებლობითი დამოკიდებულება მნიშვნელოვანი წინაპირობაა, რომ შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიებმა სათანადო ნაყოფი გამოიღოს.

თავი მეორე

შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სავარჯიშოები

ჩვენი სახელმძღვანელოს მეორე თავში აღწერილია ის მეთოდები და სავარჯიშოები რომელიც აღამიანის რესურსების განვითარების ფონდის სპეციალისტებმა აითვისეს ჰოლანდიელი კოლეგების მიერ ჩატარებული მრავალჯერადი და მრავალფეროვანი ტრენინგებისა და სამუშაო სემინარების განმავლობაში. აღსანიშნავია ის, რომ მრავალი სავარჯიშო და მეთოდი ასევე აღმოჩენილი და აპრობირებული იყო თავად ფონდის სპეციალისტების მიერ, გარდა ამისა ზოგიერთი სავარჯიშო შექმნილი იყო უშუალოდ ბავშვებსა და ახალგაზრდებთან ჩატარებული შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიების განმავლობაში. მეტი მოხერხებულობისათვის მოცემული მეთოდები და სავარჯიშოები დაგვარგუფედ შემდეგი მიმდინარეობების თანმიმდევრობით: შესავალი აქტივობები (ნაგულისხმევია ის სავარჯიშოები რომელთა ჩატარებაც უპრიანია სესიის დასაწყისში, მონაწილეთა გაცნობისას, ან მაშინ როდესაც საჭიროა მათი გადახალისება ერთი ხანგრძლივი აქტივობიდან მეორეზე გადასვლის შუალედში), მუსიკა, დრამა, ხატვა, ფოტო და ისტორიების შეთხზვა. აღსანიშნავია, რომ გამახურებელი და გამახალისებელი ტიპის აქტივობები ასევე მუსიკისა და დრამის მიმდინარეობებშიც გვხვდება.

ვიმედოვნებთ, რომ ჩვენს მიერ შემოთავაზებული მეთოდები თქვენს სავსელე სამუშაოებს მრავალფეროვნებას შემატებს.

№1

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – გაცნობა, სესიაში ჩართულობის დონის ამაღლება, კითხვების დასმისა და ინფორმაციის მოძიების უნარების განვითარება, გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – ბარათები სახელისათვის, განსხვავებული ფერის მარკერები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი სახელმძღვანელო პიროვნებების ნუსხას ადგენს. ჩამოთვლილ პირთა რაოდენობა მონაწილეთა რაოდენობას უნდა შეესაბამებოდეს. სახელმძღვანელო პირების ნუსხაში შესაძლებელია იყვნენ შეტანილი მომღერლები, მსახიობები, პოლიტიკოსები, წარმატებული ბიზნესმენები, მწერლები, მუსიკოსები და ა. შ. უმჯობესია ჩამოთვლილი პირები ერთმანეთთან რაიმე კავშირში იყვნენ. (შესაძლებელია განთქმული პირები ჯგუფის მახასიათებლების შესაბამისი იყვნენ, მათი სახელები ერთი და იგივე ასოდან იწყებოდნენ, ან სახელმძღვანელოთა ჩამონათვალში გარკვეული ეპოქის განმავლობაში პოპულარული პირები შედიოდნენ). თუკი წამყვანი მონაწილეებს კარგად იცნობს, მას შეუძლია შესაბამისი მახასიათებლის მქონე სახელმძღვანელო პირები შეარჩიოს. შემდეგ მან სახელები ბარათებზე უნდა ჩამოწეროს. წამყვანმა ბარათები მონაწილეთა ზურგზე ისე უნდა დაამაგროს, რომ მათთვის არ იყოს ცნობილი სახელმძღვანელოთა ვინაობა. სავარჯიშოს შემდეგ ეტაპზე წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს, რომ მათ ოთახში იარონ და ერთმანეთს თავიანთი ახალი ვინაობის შესახებ დაზურული კითხვები დაუსვან. (ისეთი კითხვები რაზეც შესაძლებელია მხოლოდ პასუხი ღიახ, ან არა). მონაწილეებს არ აქვთ უფლება ერთმანეთს რაიმე მინიშნებები მისცენ. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ თითქმის ყველა მონაწილე არ გამოიცნობს თავის ვინაობას.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – გუნდის შექვრა, მონაწილეთა გაცნობა, გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-20 წ.

მასალები – ფერადი ბარათები და მარკერები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანმა ბარათებზე შემდეგი სახის კითხვები უნდა ჩამოწეროს: რას აკეთებ ყველაზე კარგად? რომელი ტელე, ან რადიო პროგრამა გიყვარს ყველაზე მეტად? რომ მოგეგო 1000\$, როგორ დახარჯავდი ამ თანხას? რამ შეიძლება გამოიწვიოს შენი ღიმილი, ან გაგაცინოს? როდის იგრძენი თავი ყველაზე ბედნიერად? გინდა იყო ვინმე სხვა? თუკი გინდა, ვინ? რა იყო ყველაზე მეტად სასიამოვნო შენთვის დღეს? რას გააკეთებ მომავალი ათი წლის განმავლობაში? როდის მოიტყუე უკანასკნელად? რა გაშინებს ყველაზე უფრო მეტად? რა გაძრწუნებს ყველაზე მეტად? ბოლოს როდის იტირე? გასულ კვირას ყველაზე მეტად რამ გამოიწვია შენი განრისხება?

აღსანიშნავია, რომ წამყვანს შეუძლია შეცვალოს კითხვების შინაარსი მონაწილეთა ასაკიდან გამომდინარე. სავარჯიშოს დაწყებისას მონაწილეები წრეში დგანან, ან სხედან. წამყვანი ბარათებს წრის ცენტრში იატაკზე ალაგებს. შემდეგ ის უხსნის მონაწილეებს, რომ ამ თამაშის წესის მიხედვით ის ვინც გამოვა წრის ცენტრში და აიღებს ბარათს, მითითებულ კითხვაზე მართალი პასუხი უნდა გასცეს. თუკი მონაწილე ვერ უპასუხებს კითხვაზე, ის ამბობს „პასი“ და ბარათს გადასცემს იმას, ვისაც აირჩევს. შესაძლებელია გარკვეული სახის პასუხებმა დისკუსია გამოიწვიონ. წამყვანმა დისკუსიის ხანგრძლივობა უნდა განსაზღვროს. თუკი ჯგუფის რომელიმე წევრს არ სურს თამაშში მონაწილეობის მიღება, წამყვანი მას ბარათების არევისა და დაწყობის დავალებას აძლევს.

№3

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – ერთმანეთის უკეთ გაცნობა, გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი სთხოვს, რომ თითოეული მათგანი დაფიქრდეს თავისი ინტერესის/საყვარელი საქმიანობის შესახებ. მაგ. მუსიკოსი შესაძლებელია დაფიქრდეს რაიმე საკრავზე დაკვრის, ათლეტი სირბილის, ხოლო კულინარი საკვების მომზადების შესახებ. წამყვანი თითოეულ მონაწილეს (საკუთარი თავის ჩათვლით) სთხოვს რიგ-რიგობით თავისი საყვარელი საქმიანობის პანტომიმის განხორციელებას. დანარჩენმა ჯგუფის წევრებმა უნდა ამოიცნონ თუ რა საქმიანობის განსახიერებას ახდენს ამჟამად მოქმედი მონაწილე.

№4

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – მონაწილეთა გადახალისება, გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მოხალისეს გარდა, ყველა მონაწილე წრეში ზის. მოხალისესათვის წრეში სკამი არ არის. წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს მათთვის ცნობილი ხილის სამი სახეობის დასახელებას მოიფიქრონ. შემდეგ იგი წრეზე ჩამოივლის და მონაწილეებს ჩამოთვლილი ხილის დასახელებებს ანიჭებს. შემდეგ მოხალისემ რომელიმე ხილის დასახელება უნდა წარმოთქვას. ყველანი ვისაც ამ

ხილის დასახელება მიენიჭა სკამებიდან ღებებიან და ცდილობენ რომელიმე მონაწილეს ადგილი დაიკავონ. მოხალისემაც უნდა სცადოს ადგილის დაკავება. თუკი ის ამას შესძლებს, მოხალისეს ადგილს უადგილოდ დარჩენილი მონაწილე იკავებს და ამჯერად მან უნდა განაგრძოს თამაში. მოხალისეს შეუძლია ასევე დაიძახოს „ხილის სალათა“. ამ შემთხვევაში ყველანი ღებებიან ადგილებიდან და ცდილობენ სხვისი ადგილი დაიკავონ. ისევ და ისევ უადგილოდ დარჩენილი განაგრძობს თამაშის წარმართვას.

№5

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – არავერბალური კომუნიკაციის მეთოდების მოსინჯვა/გამოკვლევა, გუნდის შექმრა და გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – A3 ფორმატის ქაღალდი (თუკი შესაძლებელია ფერადი), ფერადი მარკერები და სამაგრი (stapler).

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანმა ჯგუფში მყოფი ყველა მონაწილესთვის A3 ფორმატის ქაღალდიდან თავზე დასადგამი „შარავანდელები“ უნდა მოამზადოს. სანამ წამყვანი ქაღალდებს სამაგრით შეართებს, მან „შარავანდელებზე“ განსხვავებული ხასიათის, ან რაიმე მახასიათებლის აღმნიშვნელი წარწერა უნდა შეასრულოს. მაგ.: მორცხვი, შემინებული, თავხედი, მხიარული, გაბრაზებული, ბუზღუნა და ა. შ. შემდეგ წამყვანმა მონაწილეები მცირე ჯგუფებად უნდა დაყოს და თითოეული ჯგუფი განსხვავებულ სიტუაციაში ჩააყენოს. მაგ.: მონაწილეები სათევზაოდ ემზადებიან, ან სხდომაზე იმყოფებიან, სადაც მნიშვნელოვანი სამსახურეობრივი საკითხი წყდება, ან არიან მეზობლები, რომლებმაც ეზოს დასუფთავების საკითხი უნდა გადაწყვიტონ. წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ მათ რომელიმე მონაწილეს დისკუსიაში ჩართვაზე, მის „შარავანდელებზე“ არსებული წარწერის მიხედვით უნდა მოახდინონ რეაგირება. ისინი ყოველმხრივ უნდა ცდილობდნენ მიახვედრონ მონაწილე, თუ რა სახის განწყობა,

ან ხასიათი არის მითითებული მის „შარავანდელზე“, თუმცა წარწერის დასახელების უფლება არ აქვთ. წამყვანი თითოეულ გუნდს დისკუსიისათვის გარკვეულ დროს აძლევს. როდესაც წამყვანი გამოაცხადებს დროის ამოწურვის შესახებ, თითოეულმა მონაწილემ უნდა დაასახელოს თუ რა სახის წარწერა არის გაკეთებული მის „შარავანდელზე“. სავარჯიშოს დასრულებისას წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაში იწვევს და განიხილავს შემდეგ საკითხებს: საიდან მიხვდით რა წარწერა იყო თქვენს „შარავანდელზე“? მოახდინა თუ არა გავლენა იმ ფაქტმა, თუ როგორ რეაგირებდნენ გარემომყოფნი თქვენს ჩართვაზე დისკუსიაში? და ა. შ.

№6

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – ნდობის გაღრმავება, გადახალისება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სთხოვეთ მონაწილეებს რომ დაწყვილდნენ.

ერთი მონაწილე მეორეს უკან ღვას. წინ მდგარი მონაწილე წარმოიდგენს რომ იგი მანქანა არის და თვალს ხუჭავს. მის უკან მდგარი მონაწილე თვალახელილია და მძღოლის ფუნქციას ასრულებს. საუბრის გარეშე, მძღოლი მიუთითებს თუ რა მიმართულებით უნდა „წავიდეს“ მანქანა. როდესაც იგი მარჯვენა მხარზე აწვება მას, მანქანა მარჯვნივ მიდის, ხოლო როდესაც მარცხენა მხარზე – შესაბამისად მარცხნივ. ზურგის შუაგულში დაწოლა ნიშნავს პირდაპირ სიარულს (უნდა გააფრთხილოთ ბავშვები, რომ ძლიერად დაწოლა არ შეიძლება). სიჩქარის რეგულირება შესაძლებელია დაწოლის სიძლიერის მიხედვით. როდესაც მძღოლი მჭიდროდ ჩაეჭიდება „მანქანის“ (ანუ მონაწილეს) ზურგს – ეს გაჩერებას ნიშნავს. სავარჯიშოს მთავარი წესი მდგომარეობს იმაში, რომ მძღოლებმა თავი უნდა აარიდონ „მანქანების“ ერთმანეთთან შეტაკებას და მათ შეჯახებას ოთახში განლაგებულ ნივთებთან. რამოდენიმე წუთის შემდეგ წამყვანმა

მონაწილეებს როლები უნდა შეაცვლევიან. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ შესაძლებელია გამოიკითხოთ თუ რა ტიპის „მანქანები“ ყავდათ მძღოლებს და რა ტიპის „მანქანებზე“ განიცდიდნენ თავს მანქანის როლის შემსრულებლები.

№7

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Roxana Pope-ისა და Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გამხსნელება, სავარჯიშო ხელს უწყობს გუნდის გაერთიანებას.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – წამშობი.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი სთხოვს, რომ ყველამ ხელი ჩაკიდოს ერთმანეთს ისე, რომ მარჯვენა ხელი გვერდზე მდგარი მონაწილეს მარცხენა ხელს ზემოდან მოეჭიდოს. შემდეგ წამყვანი უხსნის მონაწილეებს, რომ გუნდის თითოეული წევრი მის გვერდზე მდგარ მონაწილეს მარცხენა ხელზე (ნაზად) წაჭერით გადასცემს პულსს. მონაწილეთა მთავარ ამოცანას წარმოადგენს ის, რომ პულსმა ამგვარად მთელი წრე უნდა მოიაროს და არსად არ უნდა შეჩერდეს. როდესაც წამყვანი მონაწილეებიდან რომელიმეს შეარჩევს ვინც პულსი უნდა წამოიწყოს (მის გვერდზე მდგარისათვის ხელის მოჭერით) ის ამავე დროს წამშობს რთავს, რომ დააფიქსიროს თუ რამდენად სწრაფად მოივლის პულსი მთელს წრეს. როდესაც ერთი წრე დასრულდება, წამყვანი აცხადებს თუ რამდენი წამი იყო საჭირო ამ პროცესისათვის. შემდეგ ის მონაწილეებს სთავაზობს, რომ პულსის ინტენსივობა მაქსიმალურად ააჩქარონ და შეეცადონ რაც შეიძლება სწრაფად გადასცენ ერთმანეთს წრეზე. მაშინ როდესაც 2, ან 3 წამში იჭება შესაძლებელი პულსის მთელს წრეზე გატარება აქტივობა დასრულებულია.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – გამხმევება, გადახალისება. შემოქმედებითი აზროვნების უნარის განვითარება.

ფოკუსი – საგარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

საგარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მოხალისეს იწვევს. შემდეგ ის უხსნის გუნდის წევრებს, რომ შერჩეული მოხალისე არის „პრინციპული ადამიანი“, რომელმაც გადაწყვიტა, რომ მის ცხოვრებაში ყველაფერი იწყებოდეს მხოლოდ ერთი კონკრეტული ასოდან. შემდეგ ის სთავაზობს მოხალისეს, რომ მან შეთხზას რაიმე ისტორია საკუთარი თავის შესახებ იმ პირობით, რომ შეარჩევს ერთ ასოს და სწორედ იმ სახელს, რომელიც ამ ასოდან იწყება. ისტორიის თხრობისას (რომელიც შესაძლოა და დასაშვებია იყოს სრულიად აბსურდული) მოხალისე დროდადრო მიმართავს მონაწილეებს (მზერით, ან თუნდაც ხელით ანიშნებს, რომ ამჯერად რომელიმემ უნდა მიაწოდოს მას სიტყვა), ხოლო მონაწილეები თავისმხრივ მზად უნდა იყვნენ შეაშველონ „პრინციპულ ადამიანს“ ისტორიის კონტექსტთან ახლოს მყოფი რაიმე სიტყვა, რომელიც აუცილებლად თავდაპირველად შერჩეული ასოდან უნდა იწყებოდეს. ისტორია გრძელდება მანამ, სანამ მას „აბსურდულად ლოგიკური“ დაბოლოება არ ექნება. შესაძლებელია 2, ან 3 „პრინციპული ადამიანის“ ისტორიის მოსმენა, ან აქტივობის გაგრძელება შემდეგ სესიაზე.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – ყურადღების კონცენტრირების უნარის გაუმჯობესება, მონაწილეთა გადახალისება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანმა მონაწილეები სამ ჯგუფად უნდა დაყოს: ერთნი პოლიციელები არიან, მეორენი – ჩვეულებრივი მოქალაქეები, ხოლო მესამენი კი ქურდები. შემდეგ მონაწილე იმპროვიზირებული ისტორიის მოყოლას იწყებს, რომლის მოქმედი პირები ამ სამივე ჯგუფის წარმომადგენლები არიან. მაშინ როდესაც ისტორიის მსვლელობისას წამყვანი რომელიმე ერთ ჯგუფს ასახელებს, ამ ჯგუფის წარმომადგენლები ფეხზე დგებიან სწრაფად. სიუჟეტის განვითარებისას წამყვანი სწრაფ და მოულოდნელ კავშირებს უნდა აყალიბებდეს, ისე რომ მონაწილეებს უწყვეტთ ფიქრი კონცენტრირებულად და აქედან გამომდინარე სწრაფად უხდებოდეთ ადგომა. შემდეგ წამყვანს შეუძლია გაეთამაშოს მონაწილეებს: მას შეუძლია ისტორიის სიუჟეტი ისე განავითაროს, რომ ლოგიკურად რომელიმე ერთი ჯგუფის დასახელების ჯერი იყოს, თუმცა ამ მომენტში სწრაფად გადაიტანოს თემა სრულიად სხვა ჯგუფზე და მოულოდნელად აიძულოს ისინი, რომ ფეხზე წამოდგნენ.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – UNICEF

მიზნები – გამხსნევა და შემოქმედებითობის ამაღლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული ღრრის გან-
მავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – ქაღალდი/ბლოკნოტები და საწერი კალმები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს თანაბარი რაოდენობის
ორ ჯგუფად ანაწილებს, რის შემდეგაც ისინი ერთმანეთის პირისპირ
ორ მწკრივად უნდა ჩამოსხდნენ. თითოეულ მონაწილეს საპირისპირო
მწკრივში მეწყვილე ყავს. შემდეგ წამყვანი გასცემს ინსტრუქციას,
რომლის მიხედვითაც ერთ მწკრივში მყოფი მონაწილეები აყალიბებენ
რაიმე კითხვას, რომელსაც აფიქსირებენ თავიანთ ბლოკნოტში. თამა-
შის აუცილებელი პირობა მდგომარეობს იმაში, რომ კითხვა უნდა
იწყებოდეს სიტყვით „რატომ...“. ხოლო მეორე მწკრივში მყოფი
თითოეული მონაწილე აყალიბებს პასუხს, რომელიც იწყება განმარ-
ტებით: „იმიტომ, რომ...“. მეორე მწკრივში მჯდარი მონაწილეებიც
მოფიქრებულ პასუხს აფიქსირებენ თავიანთ ბლოკნოტებში. შემდეგ
იწყება თამაში. თითოეული მონაწილე თანმიმდევრულად უსვამს
კითხვას თავის მეწყვილეს, რომელიც თავისმხრივ კონტექსტის
სხვაობის მიუხედავად სწორედ იმ პასუხს გასცემს მას, რომელიც
მომზადებული ქონდა. როდესაც ყოველი წყვილი გააჟღერებს თავის
„კითხვა-პასუხს“, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ისევ დასვან
თავიანთი კითხვები და ამჯერად ნებისმიერს, რომელიც საპირისპირო
მწკრივშია, შეუძლია პასუხის გაცემა თუკი ის კონტექსტის მიხედ-
ვით შეესაბამება დასმულ კითხვას.

№11

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სხეულის მოთელვა, მონაწილეთა გამოფხიზლება, ან გადახალისება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში ღვანან. წამყვანი მათ სთხოვს წარმოიდგინონ თუ როგორია მათი ყოველდღიური დილის რიტუალი: პირის დაბანა, ტანსაცმლის ჩაცმა, საუზმე, მოწესრიგება და სახლიდან გასვლა. მას შემდეგ რაც ყველანი ამ რიტუალს წარმოიდგენენ, წამყვანი მათ სთხოვს, რომ ყველაფერი ეს პანტომიმით განასახიერონ. პანტომიმის მაგალითის განხორციელებისას, წამყვანი ამავდროულად სიტყვიერადაც აღნიშნავს თუ რომელი მომენტი არის განსახიერებელი: „ეხლა პირს ვიბანთ, ტანთ ვიცეკვამთ, ვსაუზმობთ (შეუძლია განაერცოს ეს სცენა) და საბოლოოდ გამოწმებთ, თუ რამდენად კარგად ვართ მოწესრიგებულები სახლიდან გასასვლელად.“

№12

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდური სულისკვეთების, წარმოსახვისა და კოორდინირებულიობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – ჩასანიშნი ქაღალდები, რომელიც წებოვანი არ არის.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი ორ მოხალისეს იწვევს და შემდეგ დანარჩენ მონაწილეებს ჩასანიშნად ქაღალდებს ურიგებს. ის სთხოვს მონაწილეებს წარმოიდგინონ, რომ ქაღალდის ორივე მხარე წებოვანია.

როდესაც მონაწილეები ორ ჯგუფად გაიყოფიან, მათ მოხალისეებს ქალაქი სხეულის რომელიმე ნაწილზე უნდა მიაღონ და თითოთ ერთ ადგილზე დააფიქსირონ. თამაშის წესი მდგომარეობს იმაში, რომ მოხალისეს სხეულზე მიდებული ქალაქი ადგილიდან არ უნდა დაიძრას, რადგან ის „წებოვანია“. მოხალისეს უფლება აქვს ნებისმიერი მიმართულებით იმოძრაოს, თუმცა სასურველია, რომ მოძრაობები სწრაფი არ იყოს. დანარჩენები კი მას ნებისმიერი მიმართულებით მიყვებიან. ის ვისი ქალაქიც ადგილიდან დაიძრება ტოკებს თამაშს.

№13

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ურთიერთაქმის მრავალგანზომილებიანობის გაცნობიერება, თვითჩაღრმავება, ურთიერთგაცნობა და გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 45-50 წ.

მასალები – ქალაქი და საწერი კალმები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ურიგებს ქალაქებს, სადაც წინასწარ მის მიერ პორტრეტის პოზიციაში არის დახატული ყვავილი, რომელსაც აქვს 10 ფურცელი. (შესაძლებელია მხატვრის მიერ დახატული ყვავილის ქსეროქსის გაკეთებაც). სავარჯიშოს პირველი საფეხური მდგომარეობს იმაში, რომ თითოეული მონაწილე (წამყვანის ჩათვლით, თუკი ისიც ღებულობს მონაწილეობას) ყვავილის შუაგულში (ბუტკოში) წერს საკუთარ სახელსა და ფერს რომელთანაც მოცემულ მომენტში ახდენს იდენტიფიცირებას. შემდეგ თითოეული მონაწილე ფურცელს აწვდის მის მარცხნივ (ან მარჯვნივ, წამყვანის გადაწყვეტილებიდან გამომდინარე) მყოფს. ამჯერად მონაწილეებმა უნდა ჩაწერონ ყვავილის ერთ-ერთ ფურცელში თუ როგორ აღიქვამენ ისინი იმ პიროვნებას რომლის სახელიც არის ყვავილის შუაგულში. წამყვანი მათ გარკვეულ თემას აძლევს: „როგორი იქნებოდა ეს პიროვნება, რომ ყოფილიყო ამინდი? ან, როგორი ამინდი შეესაბამება ამ პიროვნებას?“ თითოეული ფურცლის შევსების შემდეგ მონაწილეები მარცხნივ მყოფს აწვდიან

ფურცელს. წამყვანი ყოველ ჯერზე შემდეგ თემებს ასახელებს: „როგორი იქნებოდა ეს პიროვნება, რომ ყოფილიყო ტანისამოსი, ცხოველი, პეიზაჟი, სტიქია, კერძი, საკრავი, პროფესიონალი (რაიმე დარგის მითითება იქნება აუცილებელი), მცენარე, განწყობა, მისია, მხატვრული ლიტერატურა და ა.შ. მას შემდეგ რაც ყვეაილის ყველა ფურცელი იქნება შევსებული და მონაწილეებს საკუთარი ფურცლები დაუბრუნდებათ, თითოეული მათგანი (ნებაყოფლობით) წარადგენს იმას, თუ როგორ აღიქვამენ მას ჯგუფში მყოფნი.

№14

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ფიზიკური მოთელვა, არავერბალური კომუნიკაციის, ყურადღების კონცენტრაციისა და გუნდური თანამშრომლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დაწვეილდნენ და შემდეგი სახის ინსტრუქციას გასცემს: „ორი ხელი, სამი ფეხი... ოთხი ხელი, ორი ფეხი...“ და ა.შ. წყვილში მდგომმა მონაწილეებმა, წინასწარი შეთანხმების გარეშე სწრაფად უნდა მოიფიქრონ თუ როგორ უნდა გადაანაწილონ ხელები და ფეხები იატაკზე (ხელის გულები იატაკს უნდა ეხებოდნენ) ისე, რომ ეს წამყვანის მიერ გაცემულ ინსტრუქციას შეესაბამებოდეს. მთავარი და საკვანძო მნიშვნელობის საკითხია ის, რომ მონაწილეებმა მოცემული ამოცანა ერთობლივად უნდა გადაწყვიტონ: თუკი გაცემულია ინსტრუქცია „ერთი ხელი, ორი ფეხი“ ამ კომბინაციის შესრულებაში ორივე მონაწილე უნდა იყოს ჩართული. როდესაც წამყვანი ამოწურავს შესაძლო კომბინაციებს, მას შეუძლია იხუმროს და მონაწილეებს შემდეგი სახის ინსტრუქციები უკარნახოს: „ერთი ფეხი, სამი ხელი... ოთხი ხელი, არც ერთი ფეხი...“ და ა.შ.

№15

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდის შეკერა და გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ოთხი ადამიანისაგან შემდგარ მცირე დაჯგუფებებად ანაწილებს. თუკი სივრცე ამის შესაძლებლობას იძლევა სავარჯიშო პარალელურად ყოველი დაჯგუფების მიერ შეიძლება შესრულდეს, საპირისპირო შემთხვევაში კი ერთი ჯგუფი ასრულებს, ხოლო დანარჩენები მაყურებლები არიან. ოთხი მონაწილე ერთმანეთისადმი ზურგით დგება. ისინი ცდილობენ ისე შეშვდნენ, რომ მოძებნონ საყრდენი კეფისა და მხარბეჭის მიდამოში. მას შემდეგ რაც ისინი საყრდენ წერტილს იპოვიან, უნდა შეეცადონ ფეხები შეძლებისდაგვარად განზე გადგან (ცენტრთან მიმართებაში). თუკი ჯგუფი ამ პოზიციაში თავს კომფორტულად იგრძნობს, წამყვანი მათ სთხოვს გადაადგილება დაიწყონ. შექმნილი ფიგურა რვაფეხას უნდა წააგავდეს.

№16

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის განვითარება, გუნდის შეკერა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი სთხოვს, რომ თითოეულმა წარმოიდგინოს თითქოსდა მას ხელში პატარა ჩიტი უჭირავს. წამყვანმა შესაძლოა შემდეგი ტექსტი დაურთოს სავარ-

ჯიშოს: „ჩიტი ძალიან პატარაა და სათუთი... შეუძლებელია ხელი ზომაზე მეტად მოეუჭიროთ, ვინაიდან იგი გაიგუდება, მაგრამ არც იმდენად უნდა მოვადუნოთ ხელი, რომ გაგვიფრინდეს...“ შემდეგ წამყვანი მის გვერდით მდგარ ბავშვს გადასცემს ჩიტს, რომელმაც თავის მხრივ უნდა წარმოიდგინოს თუ როგორია ჩიტი და გამოხატოს მისდამი არსებული გრძნობები, შეუძლია მოეფეროს მას და ა.შ. ჩიტმა ამგვარად მთელი წრე უნდა მოიაროს და თითოეულმა მონაწილემ თავისი განწყობა უნდა გამოხატოს მისდამი. ბოლოს, როდესაც ჩიტი ისევ წამყვანს უბრუნდება, იგი ფანჯარას უახლოვდება და ჩიტის თავისუფლებაზე გაშვების იმიტაციას ასრულებს. შემდეგ ის დანარჩენ მონაწილეებს სთხოვს დაუქნიონ ხელი ჩიტს გამოსამშვიდობებლად.

№17

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ერთმანეთის გაცნობა, ეფექტური კომუნიკაციის საფუძვლების ათვისება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მაშინ როდესაც წამყვანი ინსტრუქციას გასცემს მონაწილეები შემდეგი სახის აქტივობას იწყებენ: ისინი ქაოტურად მოძრაობენ ოთახში და როდესაც შეხვდებიან ვინმეს, ხელს ჩამოართმევენ და მიესალმებიან მას საკუთარი თავის წარდგენით, მაგ. „გამარჯობა, სასიამოვნოა, მე ნატო ვარ...“ მთავარია, რომ სანამ მონაწილე მეორე ხელით რომელიმე სხვას არ მიესალმება, ის არ უშვებს ხელს თავის პირველ პარტნიორს. აქედან გამომდინარე, საბოლოო ჯამში მთელი გუნდი „გადახლართულია“ მისაღებაში.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Roxanna Pope-ისა და Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეთა დაახლოვება და განწყობის ამაღლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი სთხოვს მათ, რომ გაიხსენონ ის სასიამოვნო ამბავი, რომელიც ამ ბოლო დროს თითოეულ მათგანს შეემთხვა. როდესაც მონაწილეები მზად იქნებიან, წამყვანი სთხოვს რომ მათ ჯგუფს გაუზიარონ ის სასიამოვნო ამბავი (რომელიც შესაძლოა კურიოზულიც კი იყოს). მონაწილეები წრეზე, ერთმანეთის მიყოლებით ყვებიან იმ ამბავს, რომელიც გაახსენდებათ. შესაძლებელია წამყვანს ქონდეს ბურთი, რომელსაც თავდაპირველად თვითონ დაიჭერს და მოყვება იმ ამბავს, რომელიც გაახსენდება (რაც საუკეთესო ვარიანტია იმისათვის, რომ დანარჩენ მონაწილეებს იმპულსი მიეცეთ საკუთარი ისტორიის გაზიარებისათვის), ხოლო შემდეგ წამყვანი რომელიმე მონაწილეს ესვრის ბურთს, რაც ნიშნავს იმას, რომ ამჯერად ამ უკანასკნელმა უნდა გაუზიაროს დანარჩენებს თავისი ისტორია.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – მაკა ვირსალაძის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეთა გაცნობა და გამხსნევა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი შემდეგ ინსტრუქციას იძლევა: „ჩვენს გვერდით მდგარ მონაწილესთან ერთად

ვასრულებთ ნახტომს, ხელისგულებს ერთმანეთს ვარტყამთ და ხმამაღლა ვიძახით საკუთარ სახელს.“ ასეთი ილეთი გადაეცემა მთელს წრეზე. მთავარია, რომ მონაწილეები ამ ილეთს ასრულებდნენ ერთ ტემპში, მათ არც უნდა დააყოვნონ, და არც პირიქით ნაადრევად არ უნდა შეასრულონ ეს მოძრაობა.

№20

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ფიზიკური მოთელვა და გამხმევება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეებმა წამყვანის მიერ წარმოებული მოძრაობები უნდა გაიმეორონ. წამყვანი თავდაპირველად წინ გამოშვებული მაჯების წრიული მოძრაობებით იწყებს. შემდეგ წრიულად მოძრაობს მისი იდაყვები, შემდეგ მთელი ხელი (მხრიდან დაწყებული). შემდეგ წამყვანი მხოლოდ მხრების წრიულ მოძრაობას ასრულებს. მას შემდეგ რაც ხელების გახურება დასრულდება მსგავსი თანმიმდევრობით იწყება ფეხების გამახურებელი ვარჯიში. თავდაპირველად წამყვანი იწყებს ცალი ფეხის ტერფის წრიული მოძრაობით (მნიშვნელოვანია მოძრაობები იყოს ნელი და თუკი ბავშვი ცდილობს ვარჯიშში სწრაფად შეასრულოს, წამყვანი მას სთხოვს ნელა იმოქმედოს), შემდეგ ფეხი მოძრაობს წრიულად მუხლიდან, შემდეგ კი თეძოდან. ვარჯიშის შემდგომ ეტაპზე წამყვანი მსგავს თანმიმდევრობას ასრულებს მეორე ფეხზეც. მას შემდეგ რაც კიდურები გახურებულია წამყვანი გადადის წელის წრიულ მოძრაობებზე (ისევ საშუალო ტემპში). როდესაც მთელი სხეული გახურდება წამყვანი კისრის წრიულ მოძრაობებს იწყებს, ამ შემთხვევაში განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია მოძრაობები იყოს ძალიან ნელი.

№21

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – Riska Wygergangs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდის შეკვრა, ლიდერობის უნარჩვევების განვითარება და გამხიარულება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ თითოეულ მათგანს შეუძლია იყოს ლიდერი და თუკი რომელიმე ამას მოისურვებს, დანარჩენებმა უნდა შეასრულონ ის მოძრაობები რომელსაც წამყვანი შეარჩევს. თავდაპირველად წამყვანს შეუძლია თავად აჩვენოს მონაწილეებს მაგალითი. წამყვანი ამბობს: „მოდიტ ყველამ ვიხტუნოთ!“ მონაწილეები წამყვანთან ერთად დახტიან. შემდეგ – „მოდიტ ყველამ გავიხედოთ სარკმელში!“ – მონაწილეები ასრულებენ თხოვნას. შემდეგ – „მოდიტ ყველამ ერთმანეთს გაუღიმოთ!“ და ა.შ. თამაში გრძელდება მანამ, სანამ მონაწილეები არ დაიღლებიან ან წამყვანი არ დაასრულებს აქტივობას.

№22

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დაზიანება“

მიზნები – მონაწილეთა გამხიარულება და გამოფხიზლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები სხედან წრეში ან ნახევარ-წრეში. წამყვანი ღვას და მონაწილეების შეკითხვაზე „საით ჰქრის ქარი?“ – აცხადებს: „ქარი ჰქრის იმათკენ, ვისაც ტანსაცმელში წითელი ურევია“ (ვისაც შავი თმები აქვს, ვინც იცინის, ვინც ისაუზმია...).

მოთამაშეები, ვისაც წარმოთქმული შეესაბამება, უნდა წამოხტნენ და სკამები გაცვალონ. საკუთარ სკამზე დაჯდომა არ შეიძლება. წამყვანიც ცდილობს დაიკავოს განთავისუფლებული სკამი და დარჩენილი მოთამაშე, ეხლა უკვე წამყვანი, აგრძელებს თამაშს. შესაძლებელია „ქარიშხლის“ გამოცხადებაც, როდესაც ყველა მოთამაშე უნდა წამოიშალოს.

№23

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრემა და ფსიქოლოგიური დახმარება“.

მიზნები – მონაწილეთა გამხსნევება და გამოფხიზლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს. აუცილებელია ფართე სივრცე.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წყვილებიან, მხარდამხარდებიან, ერთმანეთს ხელკავს უკეთებენ, მხოლოდ სხვადასხვა (საპირისპირო) მიმართულებით იყურებიან... შეიძლება ინსტრუქციის შემდეგნაირად მიცემა: „გაუკეთეთ ერთმანეთს ხელკავი – თითოეულმა მარჯვენა ხელით“. რჩება ორი მონაწილე, რომელთაგან ერთი გარბის, მეორე კი „იჭერს“. ისინი დარბიან მოთამაშეთა წყვილებს გარშემო, მაგრამ არა მოშორებით (თამაში „დაჭერობანაში“ არ უნდა გადაიზარდოს). როდესაც მოთამაშე დაჭერის საშიშროებას გრძნობს, ის რომელიმე წყვილს უერთდება – თვითონ უკეთებს ერთ-ერთ მათგანს ხელკავს, მაშინ მესამე ზედმეტი აღმოჩნდება, ის უნდა გამოეხსნას ახლად დაწყვილებულთ და გაიქცეს. დაჭერის შემთხვევაში როლები იცვლება.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრაემა და ფსიქოლოგიური დახმარება“.

მიზნები – მონაწილეთა გამხსნევა და გამოფხიზლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წევილებში სხდებიან იატაკზე. ერთმანეთს ზურგებით ეყრდნობიან და ხელებით გადაეჯაჭვებიან. ინსტრუქციაზე „წამოდექი!“ ისინი უნდა წამოდგნენ. თამაშის გართულება შეიძლება მონაწილეთა რიცხვის გაზრდით.

№25

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრაემა და ფსიქოლოგიური დახმარება“.

მიზნები – მონაწილეთა გამხსნევა და გამოფხიზლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – პატარები წრეში დგებიან. ტაშის შემოკერაზე „სანთლები“ ინთება, ხელებს მაღლა აწევენ და „ალივით“ ათრთოლებენ, ამოძრავებენ. ფასილიტატორის მიერ ძლიერ „სულის შებერვაზე“, სანთლები „ქრებიან“, ხელები დაბლა ეშვება და პატარები წელში იხრებიან. ტაშის შემოკერაზე კვლავ „ენთებიან“, შესაძლებელია ამ დროს ვერბალური გაფორმებაც: „შშშ-შშშ!“ და თამაში გრძელდება. ამ თამაშის ვარიაციაა „დღე და ღამე“; როდესაც „დღე“ ცხადდება, ბავშვები ხელებს მაღლა სწევენ, „ღამის“ დროს ისინი იხრებიან, სხდებიან ან ჩაცუცქდებიან. შესაძლებელია შეიცვალოს გამოცხადების ტემპი (აჩქარდეს) ან რიგითობა (ზედიზედ ორი „ღამე“), შესაძლებელია „გათენების“ წრეზე გადაცემა და ა.შ.

№26

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დაზიანება“.

მიზნები – სისუსტისა და დამოკიდებულების განცდებთან გამკლავება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები დგებიან წრეში ხელჩაკიდებულნი.

ჯგუფის ერთი წევრი დარჩენილია წრის გარეთ, ის ცდილობს გაარღვიოს წრე და შეაღწიოს მასში ნებისმიერი ხერხით. მოთამაშე შეეცდება გამოქანდეს, შეძერეს ან გადაახტეს დაბრკოლებას. წრეში ჩართული მონაწილეები ცდილობენ ყველანაირად შეუშალონ ხელი მას. წრეში შეღწევა „გვირგვინდება“ გუნდში ჩართვით, სხვა მოთამაშე კი აგრძელებს თამაშს. შესაძლებელია წრის გარღვევა „შიგნიდანაც“, როდესაც მონაწილე, რომელიც ზედმეტად „ჩაყლაპულია“ ჯგუფის მიერ, ცდილობს სხვადასხვა ხერხით გაარღვიოს წრე.

№27

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დაზიანება“.

მიზნები – ნდობის გაღვივება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – ამ სავარჯიშოს მსვლელობისას თითოეულმა მონაწილემ საიმედო ვარდნის გამოცდილება უნდა გაიაროს. თამაში ხორციელდება წყვილებში. პატარებთან „დამჭერი“ სჯობს ფასილიტატორი იყოს, ხოლო მოზარდებმა თვითონაც უნდა გამოსცადონ ორივე პოზიცია. დამჭერი დგება ცენტრში, ვარდნის მოხალისე ზურგშექცევით დგება მის წინ, ხუჭავს თვალებს, ოდნავ შლის

ხელებს და ნაბიჯის მოუცვლელად „მორივით“ ვარდება უკან. დამჯერი მომზადებულია – ერთი ფეხი ოდნავ წინ აქვს წადგმული, და ოდნავ ჩახრილია, ხელები მომართული აქვს, რათა საჭირო მომენტში ილღობით დაიჭიროს პარტნიორი. ვინც ვერ შეძლებს ნდობით ვარდნას, ან გაუჭირდება იგი, სურვილისამებრ შეუძლია რამოდენიმეჯერ გაიმეოროს იგი, ან შეიცვალოს პარტნიორი. ეს სავარჯიშო საკუთარ პრობლემებში გარკვევის საშუალებას იძლევა.

№28

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დაზიანება“.

მიზნები – ნდობის გაღვივება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მოხალისე დგება წრის შუაგულში, ჯგუფის წევრები შემოეხვევიან მას ხელის გაწვდენის მანძილზე. მოხალისე ხუჭავს თვალებს და „მიენდობა“ ხელებს, რომელნიც გადასცემენ, „ატრიალებენ“ მას საათის ისრის მიმართულებით ან საწინააღმდეგოდ. შემდეგ მომდევნო მოხალისე დგება წრეში. გარჩევისას, საკუთარ განცდებზე საუბრის გარდა, ირკვევა წრის რომელ „მონაკვეთში“ გრძნობდა მოხალისე თავს ყველაზე უსაფრთხოდ, რომელ ნაწილს ვერ ენდობოდა და რატომ. მონაწილეები უზიარებენ ერთმანეთს მიღებულ გამოცდილებას.

№29

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დაზიანება“.

მიზნები – ყურადღების, მეხსიერებისა და რეაქციის უნარის გაუმჯობესება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები ღებებიან წრეში, ერთ-ერთი მათგანი მარჯვნივ ან მარცხნივ მომდევნო მონაწილეს გადასცემს სიტყვას „ზუმ“. „ზუმ“ მოგზაურობს წრეში. მაგრამ თუ მონაწილე იტყვის „ა“-ს, „ზუმი“ იცვლის მიმართულებას და საპირისპირო მხარეს გადაეცემა. დაყოვნება და შეცდომა თამაშიდან გასვლით ისჯება. შესაძლებელია აიკრძალოს ორჯერ „ა“-ს თქმა ერთი და იმავე მოთამაშის მიერ და ა.შ. დარჩენილი სამი მოთამაშე გამარჯვებულად ცხადდება. თამაში მოითხოვს სისხარტეს, ყურადღების მობილიზებას, რეაქციის სწრაფ უნარს.

№30

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დახმარება“.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრირების უნარის გაუმჯობესება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-20 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, მარკერი ან კალამი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი ფურცელზე ხაზავს კვადრატს, ყოფს მას ორი პარალელური და პერპენდიკულარული ხაზით ექვს თანაბარ კვადრატად, რომელიმე კვადრატში ათავსებს, „ბუზს“ – წერტილს – და სთავაზობს მოთამაშეებს, რომელნიც წრეში სხედან ამოგზაურონ ბუზი ისე, რომ არ შეხედონ ფურცელს, დაიმახსოვრონ მისი წინა გადაადგილება და შემოგვთავაზონ შემდეგი. ამრიგად, ფურცელს უყურებს მხოლოდ წამყვანი და მასზე დაიტანს გადაადგილების წერტილებს. „ბუზს“ შეუძლია იმოძრაოს მარჯვნივ, მარცხნივ, ზევით, ქვევით, მხოლოდ არა დიაგონალურად და არა ღიდი კვადრატის გარეთ. ამ შემთხვევაში მოთამაშე თამაშს ტოვებს და „ბუზი“ მოგზაურობას აგრძელებს. თამაშის გართულება შეიძლება კვადრატთა რიცხვის ზრდით.

აქტივობის ტიპი – შესავალი.

წყარო – „ტრაემა და ფსიქოლოგიური დახმარება“.

მიზნები – კოორდინაციის უნარის გაუმჯობესება და გუნდის შეკვრა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – ორი სხვადასხვა ფერის 10 მეტრის სიგრძის თოკი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი იატაკზე ორი სხვადასხვა ფერის თოკისაგან ქმნის დახლართულ ბილიკებს – გადამკვეთს და არეულს. მოთამაშებ უნდა ამოირჩიოს საკუთარი „ფერის“ გზა და თოკიდან იატაკზე გადაუსვლელად გაიაროს იგი. სჯობს ბილიკები ვიწრო სივრცეში ჩასტიოთ, რათა მონაწილეებმა დახვეწილი მოხვევები და გართულებული ბრუნვები გაივარჯიშონ.

№1

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – მაკა ვირსალაძის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნების, მუსიკალური სმენის, ყურადღების კონცენტრირების, თანამშრომლობისა და გუნდური მუშაობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – დაბალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. თითოეულს ხელში მუსიკალური ინსტრუმენტი უჭირავს. ისინი რიგ-რიგობით წრეზე თითო დარტყმას გადასცემენ, ისე რომ ერთი ტემპი იყოს შენარჩუნებული. მაშინ როდესაც ჯგუფი შესძლებს ერთი ტემპის შენარჩუნებას, წამყვანი მონაწილეებს სთავაზობს სურვილისამებრ შეცვალონ დარტყმების მიმართულება. მიმართულების შეცვლა ნებისმიერ მონაწილეს შეუძლია.

№2

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – ეკა დვალის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური და რიტმული წარმოსახვის უნარების განვითარება, პიროვნების თვითგამოხატვისა და გუნდის მხრიდან მისი აღიარების ხელისშეწყობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წრეში მდგარი მონაწილეები წამყვანის მიერ

შესრულებულ რიტმულ მონახაზს ერთდროულად და თანაბარ ტემპში იმეორებენ. მას შემდეგ რაც წამყვანი შეამჩნევს, რომ მონაწილეები მზად არიან ამოცანის გართულებისათვის, ის ლიდერობას სთავაზობს ჯგუფის რომელიმე წევრს. ახალი ლიდერის მიერ მოცემულ რიტმულ მონახაზს მთელი ჯგუფი თანაბარი ტემპის დაცვით ერთდროულად იმეორებს.

№3

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნეველი.

წყარო – ეკა დვალის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური საკრავების ტემბრის ამოცნობის უნარისა და მუსიკალური სმენის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყურადღების ცენტრში ერთი მონაწილე ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20 წ.

მასალები – სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მოხალისეს სთხოვს გავიდეს ოთახიდან.

შემდეგ გადამალავს რაიმე ნივთს, რომელიც მოხალისე მონაწილემ უნდა იპოვოს ოთახში დაბრუნებისას. სანამ თამაში დაიწყება, წამყვანი უთანხმდება მონაწილეებს თუ რომელი ტემბრის მქონე ინსტრუმენტები როდის უნდა აჟღერდნენ: როდესაც მოხალისე მონაწილე ახლოს იქნება სამიზნესთან ყველაზე მკვეთრი ტემბრის მქონე ინსტრუმენტები უნდა აჟღერდნენ, როდესაც ის სრულიად საპირისპირო მიმართულებით წავა – ხისტი ჟღერადობის მქონე დასარტყამი ინსტრუმენტები, როდესაც საშუალოდ არის მიახლოებული მაშინ შედარებით ნაკლები სიმკვეთრის მქონე სასულე ინსტრუმენტები. როდესაც მოხალისე ოთახში შემოდის წამყვანი აძლევს მას ინტრუქციას, რომლის მიხედვითაც მან უნდა იმოქმედოს გადამალული ნივთის მოსაპოვებლად.

№4

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და საკუთარი რიტმული მონახაზის შენარჩუნების უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 30 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს 4-5 ადამიანისაგან შემდგარ ქვეჯგუფებად ანაწილებს. თითოეულმა ქვეჯგუფმა წამყვანის დახმარებით რიგ-რიგობით საკუთარი რიტმული მონახაზი უნდა შექმნას. სავარჯიშოს შემდგომ საფეხურზე წამყვანი რწმუნდება, რომ თითოეულ ქვეჯგუფს შეუძლია მისგან დამოუკიდებლად შეინარჩუნოს შექმნილი რიტმული მონახაზი. წამყვანი მთელ ჯგუფს ერთიან რიტმს სთავაზობს. თითოეულმა ქვეჯგუფმა ერთიან რიტმს უნდა მოარგოს თავისი რიტმული მონახაზი. თავდაპირველად წამყვანის მიერ მოცემული რიტმის ფონზე ქვეჯგუფები მონაცვლეობით ასრულებენ საკუთარ რიტმულ მონახაზებს. სავარჯიშოს ბოლო საფეხურზე კი ქვეჯგუფები ერთდროულად ასრულებენ თავიანთ რიტმულ მონახაზებს ერთიან რიტმის ფონზე.

№5

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ეკა დვალისა და ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და იმპროვიზაციის უნარების განვითარება. გუნდში კოორდინირებული მუშაობისა და ანსამბლში მუზიკირების საფუძვლების ათვისება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან ან დგანან. მუსიკალური ინსტრუმენტები მოთავსებულია წრის შუაგულში. სავარჯიშო იწყება წამყვანის მიერ დასარტყამ ინსტრუმენტზე გარკვეული სიჩქარის რიტმის შეთავაზებით, რომელიც მთელი გუნდისათვის „რიტმულ ღერძს“ უნდა წარმოადგენდეს. შემდგომ საფეხურზე, წამყვანი თვალებით ანიშნებს თითოეულ მონაწილეს თუ როდის უნდა წამოდგეს იგი და მიუახლოვდეს მუსიკალურ ინსტრუმენტს. ინსტრუმენტის აღებისას, თითოეულმა მონაწილემ ისეთი რიტმული მონახაზი უნდა შეასრულოს რომელიც „რიტმულ ღერძს“ შეესაბამება. ასე გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მონაწილე არ ჩაერთვება პროცესში. სავარჯიშო მთავრდება უკუსვლით: წამყვანი რიგ-რიგობით თვალებით ანიშნებს თითოეულ მონაწილეს თუ როდის უნდა წამოდგეს იგი და დააბრუნოს ინსტრუმენტი წრის შუაგულში. სავარჯიშოს ბოლოს წამყვანი მარტო ასრულებს საწყის „რიტმულ ღერძს“, ამასთანავე რიტმის ტემპმა და დარტყმის სიძლიერემაც შესაძლებელია იკლოს.

№6

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – კოკი ლორთქიფანიძის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციის, ლიდერობისა და გუნდის მართვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყურადღების ცენტრში ერთი მონაწილე ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან ან დგანან. თითოეულს ინსტრუმენტი უჭირავს. წამყვანი ღირიჟორის ფუნქციას ასრულებს – საღირიჟორო ჯოხის გამოყენებით ის მიანიშნებს თითოეულ მონაწილეს თუ როდის უნდა დაიწყოს და დაასრულოს დაკრა, რა ინტენსივობითა და როგორ ტემპში უნდა ასრულებდეს ის თავის იმპროვიზაციას. შესაძლებელია ღირიჟორმა რამოდენიმე მონაწილეს „ანსამბლში“ დააკერეცინოს ერთდროულად. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპს წარმოადგენს ღირიჟორის ფუნქციის გადაცემა

რომელიმე მონაწილესათვის, რომელიც ღირსეურობის საკუთარ, განსხვავებულ ვერსიას განახორციელებს.

№7

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხმევებელი.

წყარო – Peter Vilk-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნების, იმპროვიზაციის, არავერბალური მუსიკალური კომუნიკაციისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყურადღების ცენტრში ორი მონაწილე ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – ორი მონაწილე ერთმანეთისაკენ ზურგით მდგარ სკამებზე ზიან. ისინი ვერ ხედავენ ერთმანეთს და დასარტყამი ინსტრუმენტების მეშვეობით, სასაუბრო ენის ნაცვლად რიტმული მონახაზებით „საუბრობენ“. როდესაც წამყვანი დარწმუნდება რომ მონაწილეები ყოველგვარი დაბრკოლების გარეშე „სასიამოვნოდ საუბრობენ“, ის ჯგუფის დანარჩენ წევრებს დიალოგის თარგმნას სთავაზობს. იმპროვიზირებული მუსიკალური დიალოგის თარგმანის სისწორე თავად შემსრულებლებმა უნდა შეაფასონ.

№8

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxana Pope-ისა და Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრირების, წარმოსახვის, კოორდინირებული მუშაობისა და მუსიკალური სმენის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დასაწყისში წამყვანი ინსტრუქ-

ციას გასცემს. ის მონაწილეებს სთხოვს წარმოიდგინონ ტყის შრიალი, ხოლო ვისაც არ უნახავს ტყე, წამყვანი მათთვის შეძლებისდაგვარად ხატოვან აღწერას ახდენს. შემდეგ ის მონაწილეებისაგან ორ წრეს აყალიბებს. ერთი წრე მეორე წრის შუაგულშია მოთავსებული. თითოეულ მონაწილეს დასარტყამი ინსტრუმენტები უჭირავს. აქტივობის დაწყებამდე წამყვანმა მონაწილეებს უნდა სთხოვოს, რომ სავარჯიშო თვალდახუჭულად შეასრულონ. შიდა წრე მუხლმოდრეკილ პოზიციაშია – შესაბამისად მათ დასარტყამზე დაკვრა ხმადაბლა უნდა დაიწყონ. გარეთა წრე წელში გამართულია და შესაბამისად მონაწილეები ხმამაღლა უკრავენ. წელში გამართვისას ბგერის ინტენსივობა მატულობს. თვალდახუჭულმა მონაწილეებმა სმენით უნდა გამოიცნონ, თუ როდის გაიმართებიან წელში წრის შუაგულში მყოფნი, შესაბამისად გარეთა წრის დასარტყამის ჟღერადობას ხმა მოემატება და მონაწილეები ნელ-ნელა წელში გამართვას დაიწყებენ. პარალელურად გარეთა წრეში მყოფმა მონაწილეებმა ნელ-ნელა მუხლი უნდა მოდრიკონ და მათი დასარტყამის ჟღერადობამაც შესაბამისად უნდა იკლოს. ეს პროცესი გრძელდება მანამ, სანამ წამყვანი არ დარწმუნდება რომ მონაწილეთა წრეები პარმონიულად მონაცვლეობენ.

№9

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – ეკა ღვალისა და ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნების, იმპროვიზირებისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება. სავარჯიშო ხელს უწყობს თითოეული მონაწილეს შემოქმედებით წარდგენას.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20 წ.

მასალები – სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან ან სხედან. თითოეულს ხელში მუსიკალური ინსტრუმენტი უჭირავს. ყოველი მონაწილე რიგ-რიგობით იმპროვიზირებულად რაიმე რიტმულ ან მუსიკალურ მონახაზს ასრულებს. მათი „სავიზიტო ბარათი“ ასევე

დინამიურადაც უნდა იყოს შეფერადებული – ხმადაბალი, ხმამაღალი ხმოვანება, ხმოვანების მატება, ან კლება. წამყვანი ცდილობს, რომ მუსიკალურ „ანონსებს“ შორის არ იყოს ხანგრძლივი პაუზები. სავარჯიშოს დასრულებისას მონაწილეები განიხილავენ მათ მიერ შესრულებულ მუსიკალურ და რიტმულ მონახაზებს. წამყვანი ახდენს შედარებას თუ რამდენად შეესაბამება შესრულებული იმპროვიზაციების შინაარსის ჯგუფისეული აღქმა და მონაწილეთა სუბიექტური მოსაზრებანი.

№10

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური სმენის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – დაბალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან ან სხედან. წამყვანმა რაიმე ერთი სიმაღლის ბგერა უნდა გამოსცეს (ეოკალით), მღერა იწყება ხმადაბლა (პირმოკუმულად), ნელ-ნელა მატულობს crescendo (პირი იხსნება), ჟღერს ხმამაღლა (ღია პირით) და შემდეგ ისევ კლებულობს diminuendo (პირი იხურება) ბგერა ჟღერს ისევ ხმადაბლა (პირმოკუმულად). მოცემული სიმაღლის ბგერა უნდა განაგრძოს შემდეგმა მონაწილეებმა, ზუსტად ისე როგორც ის იყო შესრულებული წამყვანის მიერ – ხმადაბლა, ხმის მატება, ხმამაღალი მღერა, ხმის კლება და ხმადაბალი მღერა. აუცილებელია, რომ ბგერის გადაცემისას ერთი მონაწილიდან მეორეზე, არ მოხდეს მისი წყვეტა – პაუზა. ამ პრინციპის დაცვით ერთი და იმავე სიმაღლის ბგერამ მთელი წრე უნდა მოიაროს.

№11

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და იმპროვიზაციის უნარების განვითარება.

მარტივი მუსიკალური კომპოზიციის შექმნა.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

საეარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს წარმოიდგინონ თუ როგორია ჯუნგლები, რა სახის ცხოველები ბინადრობენ იქ, როგორი მცენარეებია და როგორ ბგერებს შეიძლება გამოსცემდეს ასეთი ტყე. შემდეგ წამყვანის დახმარებით მონაწილეები ქმნიან მუსიკალურ კომპოზიციას, რომელიც განასახიერებს ჯუნგლების ხმოვანებას. თავდაპირველად წამყვანი სიტყვიერად აღწერს თუ როგორია ჯუნგლები დილით – მონაწილეები ახმოვანებენ მის მიერ შექმნილ სურათს ინსტრუმენტებისა და ხმის დახმარებით. შემდეგ წამყვანი აღწერს თუ როგორ იწყება წვიმა და როგორ გადაიზრდება ის კოკისპირულში – მონაწილეებმა ადექვატური მუსიკალური გაფორმება უნდა მოახდინონ. და ბოლოს წამყვანი აღწერს ჯუნგლებს ღამით, ხოლო მონაწილეები კი შესაბამისად მშვიდ მუსიკალურ სურათს ქმნიან.

№12

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის, მხატვრული ხედვის, იმპროვიზირებული ხატვისა და მუზიკირების უნარების განვითარება. მარტივი მუსიკალური კომპოზიციის შექმნა.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – ნიჟარები, ზღვის ქვები, საღებავი, ფუნჯები, სახატავი ფურცელი, სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან. წამყვანი მონაწილეებს ზღვის ქვებსა და ნიჟარებს ურიგებს. მონაწილეები აკვირდებიან ქვებსა და ნიჟარებზე არსებულ ბუნებრივ მონახაზებსა და ორნამენტებს. შემდეგ მათ უნდა ასახონ ეს ორნამენტები სახატავ ფურცლებზე. ორნამენტები ყველანაირ მდგომარეობაში უნდა იყოს გამოსახული – მარჯვნივ, მარცხნივ, ზევით, ქვევით მიმართული. მონაწილეებმა მათთვის სასურველი ფერებით ნახატის ფონიკ უნდა „შეავსონ“. როდესაც ხატვის სესია დამთავრდება, წამყვანი მონაწილეებს უხსნის თუ როგორ უნდა იყოს გახმოვანებული მათი ნახატები: წერტილები – წვეტილი ბგერებით *staccato*, წერილი ხაზები – ხმადაბლა *piano*-ზე, მსხვილი – ხმამაღლა *forte*-ზე. თუკი ორნამენტი კომბინირებულია – ეტქვით წერილი ხაზი რომელიც გარდამავალია მსხვილში და ზევიდან წერტილებია ან მოკლე ხაზები, მაშინ მუსიკალური გაფორმებაც ადექვატურად კომბინირებულია. თითოეული მონაწილე დამოუკიდებლად ასრულებს საკუთარი ნახატისათვის შესაბამის მუსიკალურ, იმპროვიზირებულ გაფორმებას. სავარჯიშოს ბოლოს, მონაწილეთა ნახატები წამყვანის მიერ პარტიტურის მსგავსად ჩამწკრივდება ერთი-მეორეს შემდეგ. პარტიტურის შექმნისას წამყვანი ჯგუფის წევრებს ეკითხება კმაყოფილნი არიან ისინი თუ არა თავიანთი ნახატების ადგილმდებარეობით. საბოლოო შეთანხმების შემდგომ, მონაწილეები კიდევ ერთხელ ასრულებენ თავიანთი ნახატების მუსიკალურ გაფორმებას, ამჯერად პარტიტურის შესაბამისი თანმიმდევრობით. წამყვანი კი ამ ერთიან მუსიკალურ ნაწარმოებს ღირიყირებს.

№13

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის, გუნდური თანამშრომლობის უნარების განვითარება. მხატვრული და მუსიკალური კომპოზიციების შექმნა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 15-20.

ხანგრძლივობა – 35-40 წ.

მასალები – საღებავი, ფუნჯები, სახატავი ფორმატი A3 ან ამავე ზომის ქაღალდის გრაფიკული, სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი წრეში მჯდომარე მონაწილეებს უყვება ოთხი ელემენტის შესახებ. ჯგუფი იყოფა ოთხ ნაწილად – 4-5 მონაწილისაგან შემდგარი ქვეჯგუფები – და თითოეულმა ქვეჯგუფმა დიდ ფორმატზე რომელიმე ელემენტის ამსახველი ნახატი უნდა შეასრულოს. წამყვანი გადაწყვეტს თუ რომელი ჯგუფი რომელ ელემენტს დახატავს. შესაძლებელია ხატვის პროცესი გახმოვანებული იყოს წამყვანების მიერ დასარტყამ, სიმებიან ან სასულე ინსტრუმენტებზე დაკვრით. ხატვის დასრულების შემდგომ ოთხივე ნახატი ერთ სივრცეში თავსდება. მონაწილეები აკვირდებიან თავიანთ ქმნილებებს. წამყვანი სთხოვს მონაწილეებს გაიხსენონ რაიმე სიმღერა რომელიც წყლის, ჰაერის, მიწისა და ცეცხლის თემას უკავშირდება. თუკი მონაწილეებს არ შეუძლიათ რაიმე სიმღერის მოგონება, წამყვანი თითოეულ ჯგუფთან დამოუკიდებლად მუშაობს ელემენტის ამსახველი მუსიკის შექმნაზე. მაშინ როდესაც ყოველი ქვეჯგუფი მზად იქნება, ოთხივე ელემენტის მუსიკა გაიჟღეროს.

№14

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxana Pope-ისა და Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური იმიტირების, წარმოსახვისა და სმენის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან ან სხედან. წამყვანი სთხოვს მათ დახუჭონ თვალები და სრულ სიჩუმეში მოისმინონ ქუჩის თითოეული ბგერა. რამოდენიმე წუთის შემდეგ, წამყვანი სთავაზობს მონაწილეებს აირჩიონ ნებისმიერი მუსიკალური ინსტრუმენტი და მოახდინონ გაგონილი ხმოვანების იმიტირება – შესაძლებელია ეს იყოს მანქანების ან მატარებლის ხმა, მოსაუბრეთა

დიალოგი, სასწრაფო დახმარების ან პოლიციელთა მანქანების სირენა, ქარი, ჩიტების მღერა, ძაღლის ყეფა, კატის კნავილი, გამყიდველის შეძახილები და ა. შ. მონაწილეებს შეუძლიათ ვოკალიც გამოიყენონ, მთავარია მიღწეული იყოს მიზანი – ქუჩის ხმოვანების სრულფასოვანი იმიტირება.

№15

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ეკა დვალის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური ინსტრუმენტების ტემბრის განსხვავება, მუსიკალური სმენის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი თავდაპირველად თითოეული ინსტრუმენტის დემონსტრირებას ახდენს და მონაწილეებს მათ დასახელებასაც ეუბნება. როდესაც მონაწილეები გაეცნობიან ინსტრუმენტების ჟღერადობას, წამყვანი მათ სთხოვს ზურგი შეაქციონ. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე მონაწილეებმა მხოლოდ სმენით უნდა გაარჩიონ თუ რომელ საკრავს აუღერებს წამყვანი.

№16

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Dec Isaacs-ისა და Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მხატვრული და მუსიკალური კომპოზიციის შექმნა. შემოქმედებითი უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 30-40 წ.

მასალები – საღებავი, ფუნჯები, სახატავი ფორმატი A3 ან ამავე ზომის

ქალაქის გრაგნილი, სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები. სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები დიდ სახატავ ფორმატზე ქმნიან ჯგუფურ ნახატს. ნახატი უნდა ასახავდეს მონაწილეთა სამშობლოს – მცირეწლოვანთა ჯგუფის შემთხვევაში კი საოცნებო ქვეყნის – რუქას. ნახატი შეძლებისდაგვარად დეტალური და მრავალფეროვანი უნდა იყოს. წამყვანი ეხმარება მონაწილეებს. მას შემდეგ რაც ნახატი სრულყოფილ სახეს მიიღებს და საღებავი ცოტათი გაშრება, წამყვანი მონაწილეებთან ერთად განიხილავს თუ რომელი ფერი რომელ მუსიკალურ საკრავს შეესაბამება. წამყვანი ერთ მოხალისეს ირჩევს, ხოლო დანარჩენი მონაწილეები ორკესტრის მსგავსად უნდა განლაგდნენ – მაღალი ტემბრის მქონე საკრავები ერთად, დაბალი ტემბრის მქონენი – ერთად, დასარტყამები ერთად, სასულეები ერთად, სიმებიანი ერთად. ფეხშიშველი მოხალისე რუქაზე დგება. იქიდან გამოდინარე თუ რომელ ფერს ადგამს მოხალისე ფეხს შესაბამისი მუსიკალური საკრავი ჟღერს. სანამ მოხალისე გაჩერებულია რომელიმე ფერზე, დამკერელებმა შესაბამისი ტემბრის მქონე საკრავზე რაიმე მარტივი მუსიკალური იმპროვიზაცია უნდა შეასრულონ. სანამ მოხალისე რუქაზე ცეკვავს ორკესტრის მიერ შესრულებული მუსიკა ჟღერს. სავარჯიშო გრძელდება მორიგი მსურველი მოხალისის გამოჩენით.

№17

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნეველებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და იმპროვიზაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი მოხალისეს წრის ცენტრში აყენებს. მოხალისემ უნდა შეასრულოს რიტმული იმპროვიზაცია რაიმე მოძრაობის თანხლებით. დანარჩენი მონაწილეები კი იმეორებენ მოხალისეს იმპროვიზაციას მასთან ერთად. მოხალისე აკვირდება გუნდს და ირჩევს იმ მონაწილეს,

რომელიც ყველაზე კარგად ასრულებს მის იმპროვიზაციას. ამჯერად ახალი ლიდერი აგრძელებს ამ რიტმულ მონახაზს. მან შეუძნევლად საკუთარი, განსხვავებული იმპროვიზაცია უნდა განავითაროს, ხოლო დანარჩენებმა კი გაიმეორონ მის მიერ შემოთავაზებული რიტმი.

№18

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და თანამშრომლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ორ ქვეჯგუფად ანაწილებს. სავარჯიშოს ერთი ქვეჯგუფი იწყებს. მონაწილეები განსხვავებულ რიტმულ მონახაზებს ასრულებენ, მათ 30 წუთი ეძლევათ გაერთიანებისათვის. მას შემდეგ რაც მონაწილეები შეთანხმებულად, მწყობრად შეასრულებენ ერთ რიტმულ მონახაზს, პარალელურად მეორე ქვეჯგუფმაც უნდა დაიწყოს იმავე რიტმული მონახაზის შესრულება. თითოეული ქვეჯგუფის წევრები ამავე დროს ერთმანეთს აკვირდებიან. თუკი რომელიმე მონაწილე შეცდომას დაუშვებს, წამყვანის დასტურის შემდეგ ჯგუფს უფლება ეძლევა იგი თამაშიდან გააძევოს.

№19

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნების, იმპროვიზაციისა და თანამშრომლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

საუარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან ან სხედან. წამყვანი ინსტრუქციას იძლევა. ის სთხოვს მონაწილეებს წარმოიდგინონ რაიმე მანქანის ჟღერადობა: საკერავი, სარეცხი მანქანის, ავტომობილის ან რაიმე დაზვის ხმოვანება და ა. შ. შემდეგ ჯგუფმა უნდა მოახდინოს არჩევანი – თუ რომელი მანქანის გახმოვანება სურთ. როდესაც მონაწილეები გადაწყვეტილებას მიიღებენ, წამყვანი მოხალისეს სთხოვს გამოვიდეს წრის შუაგულში და დაიწყოს შერჩეული მანქანის რომელიმე ნაწილის მოქმედებისა და ჟღერადობის განსახიერება. პირველ მონაწილეს შემდეგი უნდა შეუერთდეს, რომელმაც ამ მანქანის სხვა ნაწილის განსახიერება და გახმოვანება უნდა მოახდინოს. მეორეს კი მესამე და ა.შ. სანამ ყველა მონაწილე არ იქნება გაერთიანებული ამ მანქანის განსახიერებაში. როდესაც ჯგუფი მწყობრში შეასრულებს მანქანის ხმოვანებას, წამყვანმა უნდა სთხოვოს მონაწილეებს გარკვეული მიმართულებით დაიდრნენ და ამასთანავე არ შეწყვიტონ მანქანის მოქმედება. შემდგომ ეტაპზე წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ნელ-ნელა ააჩქარონ მანქანის მოქმედების ტემპი. მაშინ როდესაც მანქანა აფეთქებისათვის იქნება მზად, წამყვანი სთხოვს მონაწილეებს რომ ნელ-ნელა შეანელონ ტემპი, დაუბრუნდნენ იმავე ადგილს საიდანაც დაიდრნენ და შენელება განაგრძონ იქამდე, სანამ მანქანა თავისით არ შეჩერდებოდეს.

№20

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და იმპროვიზაციის უნარების განვითარება. გუნდური სულისკვეთების დანერგვა.

ფოკუსი – საუარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

საუარჯიშოს აღწერა – წამყვანი აყალიბებს ორ ქვეჯგუფს. თითოეულს

თავისი ლიდერი ყავს. სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი საერთო ტემპს იძლევა. პირველი ქვეჯგუფის ლიდერმა უნდა შეასრულოს იმპროვიზირებული, მოკლე რიტმული მონახაზი. მისი ქვეჯგუფის წევრებმა ეს რიტმული მონახაზი ლიდერთან ერთად სამჯერ უნდა გაიმეორონ. მეორე ქვეჯგუფის ლიდერი მზად უნდა იყოს ტაქტის გამოტოვების გარეშე საპასუხო, განსხვავებული მოკლე რიტმული მონახაზი შეასრულოს – ამასთანავე მნიშვნელოვანია, რომ მონაწილეთა მიერ საერთო ტემპი იყოს შენარჩუნებული. ამჯერად მისი ქვეჯგუფის წევრებმა ლიდერთან ერთად სამჯერ უნდა გაიმეორონ მოცემული რიტმული მონახაზი. ლიდერების მიერ სამი რიტმული მონახაზის შეცვლის შემდეგ წამყვანმა სხვა ლიდერები უნდა მოიწვიოს.

№21

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და იმპროვიზაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15 წ.

მასალები – სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ანაწილებს ორ ქვეჯგუფად და ინსტრუქციას იძლევა იმასთან დაკავშირებით თუ როგორ პოულობენ ასახვას ბგერები მოძრაობასა და პლასტიკაში. შემდეგ ეტაპზე წამყვანი ქვეჯგუფებს განსხვავებული სახის დაჯალებს აძლევს: პირველმა უნდა შეასრულოს რაიმე შინაარსის მქონე მუსიკალური კომპოზიცია, ხოლო მეორე ჯგუფი მზად უნდა იყოს ამ მუსიკალური კომპოზიციის პლასტიკური გაფორმებისათვის. სავარჯიშოს პირველ ეტაპზე ერთი ქვეჯგუფი ასრულებს იმპროვიზირებულ მუსიკალურ კომპოზიციას, ხოლო მცირედი პაუზის შემდგომ, მეორე ქვეჯგუფი ამ მუსიკალური კომპოზიციის თანხლებით, მისი პლასტიკური გაფორმების დემონსტრირებას ახდენს. დასასრულს წამყვანი ორივე ქვეჯგუფის მონაწილეებს ეკითხება თუ რამდენად შეესაბამებოდა მათი აზრით პლასტიკური გაფორმება მუსიკალური კომპოზიციის შინაარსს.

№22

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და თანამშრომლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან ან დგანან. სავარჯიშოს დასაწყისში ისინი ერთდროულად განსხვავებულ რიტმულ მონახაზებს ასრულებენ ტაშით. წამყვანი მათ რამოდენიმე წუთს აძლევს გაერთიანებისათვის. ერთიანი რიტმული მონახაზის ჩამოყალიბების შემდეგ, წამყვანი ერთი ტაქტის განმავლობაში საერთო რიტმის ფონზე საკუთარ რიტმულ იმპროვიზაციას ასრულებს. თითოეულმა მონაწილემ თანმიმდევრულად უნდა გაიმეოროს წამყვანის მიერ შესრულებული იმპროვიზაცია, რაც საერთო რიტმის ფონზე სრულდება. სავარჯიშო გრძელდება მსურველი მოხალისეს მიერ საკუთარი რიტმული მონახაზის შემოთავაზებით, რომელიც ასევე წრეში უნდა იყოს გადაცემული მონაწილეთა მიერ.

№23

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნეველებელი.

წყარო – Peter Vilk-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნების, გუნდის მიერ ერთი ტემპის შენარჩუნებისა და კონცენტრაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან ან დგანან. სავარჯიშოს დაწყებამდე ორი მოხალისეს შერჩევის შემდეგ, წამყვანი

ჯგუფს შემდეგი სახის ინსტრუქციას აძლევს: მონაწილეებმა უნდა დაითვალონ – ერთი, ორი, ერთი, ორი, ამგვარად რიტმი მთელს წრეზე გადაეცემა. ის ვინც ითვლის „ორი“, განაპირობებს ტემპის ჩამოყალიბებას. სწორედ იმისდა მიხედვით თუ რა შუალედი იქნება პირველი წყვილის შემთხვევაში „ერთსა“ და „ორს“ შორის, ისეთი იქნება ტემპის სიჩქარე მთელი ერთი წრის განმავლობაში. მაშინ როდესაც ერთი წრე „შესრულდება“ ტემპის აჩქარების გარეშე, წამყვანი მოხალისეებს აძლევს ინსტრუქციას შეცვალონ ტემპი მათი სურვილის მიხედვით. როდესაც ჯგუფის კონცენტრაციის დონე საკმაოდ მაღალი იქნება, წამყვანი მონაწილეებს სავარჯიშოს გართულებას სთავაზობს: ამჯერად ზოგიერთმა მონაწილემ შესაძლოა საერთოდ არ დაითვალოს ხმამაღლა, მაგრამ ჯგუფის წევრებმა ეს უნდა გაითვალოსწინონ და ჩათვალონ, რომ რიტმი მაინც გადაეცემა წრეზე. ხოლო მაშინ როდესაც ეს იქნება საჭირო, რომელიმე მონაწილემ ხმამაღლა უნდა დაითვალოს და ჯგუფს ისევ მიეცემა საყრდენი რიტმის გაგრძელებისათვის.

№24

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – კოკი ლორთქიფანიძის პროგრამიდან.

მიზნები – განსხვავებული მუსიკალური ინსტრუმენტების ტემბრის გაცნობა, წარმოსახვისა და მიმღებლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – სიმებიანი, დასარტყამი და სასულე ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი თანმიმდევრულად თითოეულ ინსტრუმენტს აუღერებს და ეკითხება მონაწილეებს თუ რას მოაგონებს მათ ეს ჟღერადობა. მონაწილეები თავიანთი წარმოდგენების შესახებ საუბრობენ. თითოეული მოსაზრების მოსმენისას წამყვანი დანარჩენებსაც ეკითხება თუ რამდენად ეთანხმებიან ისინი გამოთქმულს. დისკუსია ისე უნდა იყოს წარმართული, რომ თითოეულ მონაწილეს შეეძლოს საკუთარი წარმოსახვის გაზიარება ჯგუფთან და ამასთანავე ყოველი შთაბეჭდილება მისაღები იყოს დანარჩენი ჯგუფის წევრებისათვის.

№25

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – მაკა ვირსალაძის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და რიტმული მეხსიერების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული ღროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან ან დგანან. მათ ხელში დასარტყამი ინსტრუმენტები უჭირავთ. წამყვანი რაიმე რიტმულ მონახაზს ასრულებს. მონაწილეებმა უნდა გაიმეორონ ეს რიტმული მონახაზი ერთდროულად. შემდეგ წამყვანის გვერდზე მდგარი მონაწილე ხდება ლიდერი და ასრულებს განსხვავებულ რიტმულ მონახაზს, რომელიც დანარჩენმა მონაწილეებმა ასევე ერთდროულად უნდა გაიმეორონ. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ლიდერობის ყველა მსურველი არ შეასრულებს თავის რიტმულ მონახაზს.

№26

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – მაკა ვირსალაძისა და ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და მუსიკალური სმენის განვითარება.

მარტივი მუსიკალური კომპოზიციის შექმნა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული ღროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – დასარტყამი და სასულე ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან ან დგანან. თითოეულს ხელში მუსიკალური ინსტრუმენტი უჭირავს. სავარჯიშოს დასაწყისში მონაწილეები რიგ-რიგობით იმპროვიზირებულ რიტმულ და მელოდიურ მონახაზებს ასრულებენ, მუსიკალური ინსტრუმენტების გარდა მათ შეუძლიათ ვოკალის გამოყენებაც. მას შემდეგ რაც თითოეული მათგანი შეასრულებს იმპროვიზაციას

როგორც სოლისტი, წამყვანი სავარჯიშოს შემდეგ ეტაპზე მონაწილეებს სთხოვს, რომ ყველამ ერთდროულად შეასრულოს თავისი იმპროვიზაცია – შედეგად მიიღება კაკოფონია. წამყვანი დადის, უახლოვდება თითოეულ მონაწილეს და ისმენს თუ რამდენად ზუსტად შეინარჩუნა მან თავისი რიტმული და მელოდიური იმპროვიზაციის პატერნი. როდესაც წამყვანი ყველა მონაწილეს მოუსმენს, ის ღირიჟორის მსგავსად, ხელის აქნევით შეწყვეტს კაკოფონიას. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში მონაწილეებმა პაუზას უნდა მოუსმინონ. სავარჯიშოს შემდეგ ეტაპზე წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ისევ დაიწყონ დაკვრა იგივე იმპროვიზირებული მონახაზების შენარჩუნებით, ოღონდ ამჯერად ხმადაბლა – *piano*-ზე. შემდეგ ისევ ღირიჟორის მსგავსად, წამყვანი ანიშნებს რომელიმე მონაწილეს თავისი იმპროვიზაცია ხმამაღლა – *forte*-ზე შეასრულოს, მაშინ როდესაც დანარჩენები თავიანთ იმპროვიზაციებს ხმადაბლა ასრულებენ და სოლისტს აკომპანირებას უწყვენ. სავარჯიშო დასრულებდა მაშინ, როდესაც ყოველ მონაწილეს რამოდენიმე წამის განმავლობაში სოლისტად ყოფნის შესაძლებლობა მიეცემა. დასრულების შემდგომ მონაწილეები რამოდენიმე წამის განმავლობაში ისევ პაუზას, ანუ სიჩუმეს უსმენენ.

№27

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – მაკა ვირსალაძის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნებისა და გუნდში თანამშრომლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს უხსნის თუ რას ნიშნავს მეტრი და რომ მუსიკალურ ნაწარმოებს განსხვავებული სახის მეტრი გააჩნიათ: შესაძლებელია იყოს ორი, სამი, ოთხი, ხუთი მეოთხედი და ა. შ. ასევე ის უხსნის მონაწილეებს, რომ ზოგიერთი მეტრის შემთხვევაში თვლა არა მეოთხედების, არამედ მერვედების ან მეთექ-

ვსმეტელების მიხედვით წარმოებს და ა. შ. შემდეგ ის გუნდს სთავაზობს განსხვავებული სახის მეტრი განასახიერონ და უხსნის, რომ ამ შემთხვევაში მნიშვნელოვანია იყოს აქცენტირებული პირველი თვლა. სავარჯიშო იწყება მარტივი მეტრით – ორი მეოთხედით. მონაწილეები წრეზე დასარტყამი ინსტრუმენტებით თითო დარტყმას გადასცემენ, ამასთანავე ყოველი პირველი თვლა უნდა იყოს აქცენტირებული, ანუ უფრო ხმამაღალი მეორესთან შედარებით. როდესაც მონაწილეები პირველი მეტრის – ორი მეოთხედის – შესრულებას გაართმევენ თავს, წამყვანი სთავაზობს მათ სამი მეოთხედი შეასრულონ, ამ შემთხვევაში პირველი დარტყმა ყველაზე ხმამაღალია, მეორე ნაკლებად, ხოლო მესამე ყველაზე ხმადაბლა უნდა შესრულდეს. მომდევნო ეტაპზე გუნდი ასრულებს ოთხ მეოთხედს და ა. შ.

№28

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – მაკა ვირსალაძის პროგრამიდან.

მიზნები – სმენისა და ყურადღების კონცენტრაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე, ინსტრუქციის გაცემის შემდეგ წამყვანი მოხალისეს ოთახიდან გასვლას სთავაზობს. სანამ მოხალისე ოთახის გარეთ არის, წამყვანი მარტივ რიტმულ მონახაზს ასრულებს, რომელიც შემდეგ გუნდის წევრებმა განუწყვეტილად უნდა იმეორონ. ამ დროს მხოლოდ ერთი მონაწილე უნდა ასრულებდეს განსხვავებულ რიტმულ მონახაზს. როდესაც წამყვანი მოხალისეს ოთახში შემოიპატიჟებს, უკანასკნელმა უნდა გამოიცნოს თუ რომელი მონაწილე ასრულებს განსხვავებულ რიტმულ მონახაზს.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური სმენისა და რიტმის შეგრძნების განვითარება.

მუსიკალური კომპოზიციის შექმნა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – დაბალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სიმებიანი, სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანმა გუნდი რამოდენიმე ქვეჯგუფად უნდა დაანაწილოს – სამი ოთხკაციანი ქვეჯგუფი საკმარისია აქტივობის შესრულებისათვის. მას შემდეგ რაც მონაწილეები მათთვის სასურველი მუსიკალური ინსტრუმენტებით აღიჭურვებიან, წამყვანის დახმარებით თითოეულმა ქვეჯგუფმა საკუთარი რიტმული მონახაზი უნდა შექმნას. ეს პროცესი მიმდინარეობს პარალელურად თითოეულ ქვეჯგუფში, ხოლო წამყვანი დროდადრო გადაინაცვლებს ერთი ჯგუფიდან მეორეზე. მნიშვნელოვანია, რომ წამყვანის ასისტენტმა (ან მეორე წამყვანმა) დასარტყამი ჯოხებით ოთხი მეოთხედის აღმნიშვნელი მეტრი შეასრულოს, რადგან აუცილებელია, რომ ტემპი მყარი იყოს. მას შემდეგ რაც თითოეული ქვეჯგუფი ჩამოყალიბდება საკუთარი რიტმული მონახაზის მხრივ, წამყვანი მათ სთავაზობს ეს რიტმი მელოდიით გამოხატონ, რომელიც მათ შეუძლიათ შეასრულონ ან საკრავით, ან ვოკალით. ჯგუფებს რამოდენიმე წუთი ეძლევათ მელოდიის მოფიქრებისათვის, წამყვანი ისევ ეხმარება თითოეულ ჯგუფს. მას შემდეგ რაც წამყვანი დარწმუნდება, რომ ქვეჯგუფები დაბრკოლების გარეშე ასრულებენ თავიანთ მელოდიებს, ის თითოეული ქვეჯგუფიდან ერთ მონაწილეს ირჩევს, რომელიც ყველაზე გამომსახველად ასრულებს მელოდიას და ამ სამ, ან ოთხ „მომღერალს“ ოთახის ცენტრში აგრძელებინებს „პოლიფონიური“ ნაწარმოების შესრულებას. დანარჩენი მონაწილეები კი უსმენენ და რამოდენიმე წუთის განმავლობაში აკვირდებიან მათ მიერ შექმნილ მუსიკალურ კომპოზიციას.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – მაკა ვირსალაძის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციისა და ღირიფორობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული ღროის გან-
მავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – სიმებიანი, სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

საეარჯიშოს აღწერა – საეარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი მონაწილეებს უყვება, რომ საეარჯიშოს მსვლელობისას გუნდი ორკესტრს განასახიერებს, ხოლო რომელიმე მათგანი მისი ღირიფორი იქნება. ის ასევე უხსნის მათ, თუ როგორ უნდა უპასუხოს გუნდმა ღირიფორის ქმედებებს: როდესაც მისი ხელი მაღლა არის აღმართული ორკესტრის მიერ გამოცემული ხმოვანება ხმამაღლა – forte-ზე ჟღერს, როდესაც ხელი საშუალო სიმაღლეზეა ბგერა ნაკლები სიძლიერით – mezzo forte-ზე ჟღერს, როდესაც ხელი დაბლა არის მომართული, შესაბამისად ხმადაბლა – piano-ზე. ხელის ტალღოვანი მოძრაობისას ბგერა გაბმულად – legato-ზე ჟღერს, როდესაც ხელი წყვეტილ მოძრაობას ასრულებს ბგერაც წყვეტილია – staccato. მონაწილეები მუსიკალურ ინსტრუმენტებს ირჩევენ და წამყვანის დახმარებით საკრავების ხმოვანების მიხედვით იკავენ თავიანთ ადგილებს ორკესტრში. თავდაპირველად წამყვანი არის ღირიფორი. როდესაც ორკესტრი პირველი იმპროვიზირებული კომპოზიციის შესრულებას დაასრულებს, წამყვანი გუნდიდან მოხალისეს ირჩევს და ამჯერად ის იკავენს ღირიფორის პოზიციას. ორკესტრი ამჯერად ახალი ღირიფორის სურვილისამებრ მუზიკირებს. საეარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ გუნდის ყოველი მოხალისე არ გამოცდის თავს ღირიფორის პოზიციაზე.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxanna Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და მუსიკალური იმპროვიზირების უნარების განვითარება. მუსიკალური კომპოზიციის შექმნა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – სიმებიანი, სასულე და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ ამჟვეყნად განსხვავებული სამყაროები არსებობენ – წყლის, მთის, ტყისა და უდაბნოს სამყაროები. კოსმოსი, რომლის პლანეტებსა და სხვა ციურ სხეულებზე ასევე განსხვავებული სამყაროები არსებობენ. შემდეგ გუნდთან შეთანხმებით წამყვანი ირჩევს თუ რომელ სამყაროს წარმოსახვას დაიწყებენ ისინი. შემდეგ ის მონაწილეებს სთხოვს ოთახში მათთვის ყველაზე მყუდრო, მოხერხებული და კომფორტული ადგილები დაიკავონ, რისთვისაც მათ რამოდენიმე წუთი ეძლევათ. მას შემდეგ რაც ყველანი თავიანთ ადგილს დაიკავებენ, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს თვალები დახუჭონ და წარმოისახონ ეს სამყარო. როდესაც მონაწილეები ხმამაღლა გამოთქვამენ თავიანთ ხედვებს და სამყაროს სურათი ამოწურავად იქნება აღწერილი, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს გაახილონ თვალები. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში გუნდი წამყვანთან ერთად მსჯელობს თუ რა სახის მუსიკა შეიძლება აღწერდეს მათ მიერ წარმოსახული სამყაროს სურათს. როდესაც ისინი ამოწურავენ მსჯელობის საგანს, წამყვანი გამოთქმული მოსაზრებებიდან გამომდინარე მონაწილეებს შესაბამის მუსიკალურ ინსტრუმენტებს ურიგებს და ისევ სთხოვს ყველას დახუჭონ თვალები. ამჯერად წამყვანის მხრიდან ყოველგვარი მითითების გარეშე გუნდმა ერთობლივად უნდა შეასრულოს წარმოსახული სამყაროს შესაბამისი მუსიკალური იმპროვიზაცია. თითოეული მონაწილე საკუთარ იმპროვიზაციას უნდა ასრულებდეს და ამასთანავე შეუსაბამოს იგი „სამყაროს“ მთლიან ჟღერადობას.

აქტივობის ტიპი – გამაზურებელი და გამამხნეველი.

წყარო – Dec Isaacs-ისა და Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი მათ უხსნის, რომ გუნდმა წვიმის ხმოვანების იმიტირება უნდა მოახდინოს. ის მონაწილეებს სთავაზობს მის მიერ შესრულებული მოძრაობები გაიმეორონ: წამყვანი ერთი მეორეზე მიღებული ხელისგულების წრიული მოძრაობებით იწყებს, მას შეუძლია ეს ხმოვანება სიტყვიერად გააფორმოს – „მოიღრუბლა და წვიმის სუნი დადგა“. შემდეგ ხელის გულზე თითების დარტყმით წვიმის პირველი წვეთების ხმოვანების იმიტაცია სრულდება – „წვიმის პირველი წვეთები დეღამიწაზე ეცემა“ – მონაწილეები ამ მოძრაობებს წამყვანთან ერთად იმეორებენ. შემდეგ თითების სწრაფი წკაპუნით წვიმის წვეთები უფრო მძიმე ხმოვანების ხდება და ხშირდება – „წვიმამ დაუშვა“. შემდეგ წამყვანი ტაშს უკრავს, ნელ-ნელა მისი ხელისგულები მთელს სხეულზე გადადიან ტყაპუნით, გულმკერდიდან დაწყებული ფეხის კოჭებით დამთავრებული – „წვიმამ ისე დაუშვა, რომ ქუჩაში ვეღარ გაისვლება“. შემდეგ კი წამყვანი ფეხის ბაკუნზე გადადის – „ამჯერად კოკისპირული წვიმა წამოვიდა“. როდესაც წვიმის ხმოვანება კულმინაციას მიაღწევს, წამყვანი მოძრაობებს საპირისპირო მიმართულებით იმეორებს – ფეხების ბაკუნიდან, მთელი სხეულის ხელის გულებით ტყაპუნზე გადადის, შემდეგ ტაშზე, თითების წკაპუნზე, ხელისგულებზე თითების დარტყმაზე და ბოლოს ერთმანეთზე მიღებული ხელისგულების წრიულ მოძრაობებზე – „და წვიმამ ნელ-ნელა გადაიღო“. მთელი სავარჯიშოს განმავლობაში მონაწილეები წამყვანის მიერ შესრულებულ მოძრაობებს იმეორებენ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური სმენისა და სიმღერის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ოთახში მათთვის სასურველი და მოსახერხებელი ადგილები დაიკაონ, რისთვისაც გუნდს რამოდენიმე წუთი ეძლევა. შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს სავარჯიშოს ინსტრუქციას აძლევს – ის უხსნის მათ, რომ თითოეულმა მონაწილემ მისთვის სასურველი სიმაღლისა და სიძლიერის ბგერა უნდა გამოსცეს. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში მონაწილეები ადგილიდან არ იძვრიან და ამ ბგერებს ერთდროულად გამოსცემენ. მაშინ როდესაც წამყვანი მათ სთხოვს, მონაწილეები ოთახში სპონტანურ გადაადგილებას იწყებენ, უახლოვდებიან და „უცკლიან“ ერთმანეთს ბგერებს. ეს პროცესი გრძელდება მანამ, სანამ წამყვანი არ დარწმუნდება რომ ოთახში მხოლოდ სამხმიანი, ოთხხმიანი ან ხუთხმიანი აკორდის ჟღერადობა გაისმის (სავარჯიშოს დაწყებისას ბგერათა რაოდენობა გაცილებით მეტია). როდესაც ეს მიზანი მიღწეული იქნება, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დაუბრუნდნენ თავიანთ საწყის ადგილებს და შეინარჩუნონ იმ ბგერების ჟღერადობა რომელთაც ამჯერად გამოსცემენ. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში საბოლოო აკორდი ჟღერს. შემდეგ კი წამყვანი თანმიმდევრულად, ყველაზე მაღალი ბგერიდან დაწყებული, მონაწილეებს ბგერების გამოცემას აწყვეტინებს (ის ცდილობს, რომ იმ მონაწილეებს ვინც ერთი და იგივე სიმაღლის ბგერას გამოსცემენ, ერთდროულად შეაწყვეტინოს სიმღერა). თითოეული ბგერის შეწყვეტის შემდეგ წამყვანი და მონაწილეები დარჩენილი ბგერების ჟღერადობას რამოდენიმე წამის განმავლობაში უსმენენ. ასე გრძელდება მანამ, სანამ არ დარჩება ყველაზე დაბალი სიმაღლის ბგერა. ეს უკანასკნელი ბგერა მონაწილეს სურვილიდან გამომდინარე თავისით უნდა „ჩაქრეს“.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური იმპროვიზაციის უნარის განვითარება და თვით-გამოხატვის ხელშეწყობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – დასარტყამი, სასულე და სიმებიანი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან და ხელში მუსიკალური ინსტრუმენტები უჭირავთ. წამყვანი მათ ეკითხება თუ რა სახის ემოციები არსებობენ. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში გუნდი ინტერაქტიული მეთოდით განსხვავებული სახის ემოციებს აყალიბებს. შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს მოიფიქრონ თუ როგორ შეიძლება ამ ემოციების ასახვა მუსიკაში. თავდაპირველად მონაწილეები ემოციების მუსიკალურ გაფორმებას ინდივიდუალურად ასრულებენ. თითოეული მათგანი მუსიკალურ იმპროვიზაციას ასრულებს, ხოლო დანარჩენებმა უნდა გამოიცნონ, თუ რომელი ემოცია იყო ასახული იმპროვიზაციაში. შემდეგ წამყვანი გუნდს მცირე ქვეჯგუფებად ანაწილებს და თითოეულს მუსიკალური სკეტჩის შექმნაში ეხმარება. თითოეულმა ქვეჯგუფმა ერთობლივად ამა თუ იმ ემოციის შესაბამისი მუსიკალური ჩანახატი უნდა შექმნას. როდესაც მცირე ჯგუფებში მუშაობა დასრულდება თითოეულმა ქვეჯგუფმა საკუთარი მუსიკალური ჩანახატი უნდა წარადგინოს. სანამ ერთი ქვეჯგუფი მუსიკალურ ჩანახატს ასრულებს, დანარჩენები მაყურებლის როლში არიან, მათ ევალუაბთ გამოიცნონ თუ რომელი ემოცია იყო ასახული მუსიკაში.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და მუსიკის მოსმენის უნარების განვითარება.

მონაწილეებს შორის ურთიერთპატივისცემისა და მიმღებლობის გაღრმავება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – კომპაქტ დისკი კლასიკური მუსიკის ჩანაწერით, კომპაქტ დისკის საკრავი.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეებმა ოთახში კომფორტული ადგილები უნდა მოძებნონ. როდესაც ეს მოხდება, წამყვანი მათ სთხოვს წარმოიდგინონ, რომ თითოეულს ხელში სასურველი ფერებით საესე პალიტრა უჭირავს და წინ მოლბერტზე დამაგრებული ტილო უდგას. წამყვანი განსხვავებული ემოციური სპექტრის მქონე მუსიკას რთავს (ავტორის მიერ ყველაზე მეტად პროკოფიევი არის რეკომენდირებული). მონაწილეები ყურადღებით უსმენენ მუსიკას. წამყვანი განსაკუთრებულ ყურადღებას ამახვილებს იმ შეგრძნებებზე, რომელიც მუსიკის მოსმენისას აღმოცენდებიან. ის სთხოვს მონაწილეებს დაუფიქრდნენ თუ რა ისტორიას მოგვითხრობს მუსიკა. მონაწილეებმა წარმოსახულ ტილოზე წარმოსახული ფერებით მუსიკალურ ნაწარმოებში ასახული ისტორია უნდა დახატონ. წამყვანი მონაწილეთა ყურადღებას ამახვილებს მუსიკალურ ნაწარმოებში არსებულ ემოციურ ცვლილებებზე, ის სთხოვს მათ მაქსიმალურად გადმოსცენ ყოველი ცვლილება თავიანთ ნახატში. როდესაც მუსიკალური ნაწარმოები დასრულდება, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს წარმოსახული ტილოები მოლბერტიდან ჩამოხსნან და ერთი მეორეს გვერდით კედელზე ჩამოკიდონ. შემდეგ თითოეულმა მონაწილემ უნდა აღწეროს თავისი ნახატი მაქსიმალურ დეტალებში. დანარჩენები უსმენენ მას და ცდილობენ წარმოისახონ აღწერილი ნახატი. მას შემდეგ რაც ყოველი მონაწილე საკუთარ ნახატს წარადგენს, წამყვანი კითხულობს წაიღებენ ისინი თავიანთ ნახატებს თან, თუ კედელზე დატოვებენ? ის ვინც გადაწყვეტს საკუთარი ნახატის წაღებას, უნდა ჩამოხსნას წარმოსახული ტილო და დაახვიოს იგი.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნების განვითარება. გუნდური სულისკეთების ჩამოყალიბება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები იატაკზე ზიან წრეში. სავარჯიშოს დაწყებისას თითოეული მონაწილე თეძოებზე ხელისგულების დარტყმით ერთმანეთისაგან განსხვავებული სახის რიტმებს გამოსცემს. გუნდმა ყურადღებით უნდა მოისმინოს ეს განსხვავებული რიტმები და განავითაროს ერთიანი, მარტივი რიტმული მონახაზი. ამ შემთხვევაში უმჯობესია თუკი მონაწილეები თვალებს დახუჭავენ. როდესაც ეს მოხდება და გუნდი ერთიანად შეასრულებს ამ რიტმულ მონახაზს ყოველგვარი შეფერხების გარეშე, წამყვანის მინიშნების შემდეგ რომელიმე მონაწილე ხელებს მაღლა აწევს და მისგან მარცხენა მხარეს განსხვავებულ რიტმულ მონახაზს შეასრულებს ტაშით – ეს რიტმული მონახაზი საერთო რიტმული მონახაზის ფონზე იქნება შესრულებული. ერთი ტაქტის გამოტოვების შემდეგ იგივე მონაწილე ამავე რიტმულ მონახაზს ამჯერად ხელების მარჯვენა მხარეს აწევით შეასრულებს და მასთან ერთად ამ რიტმულ მონახაზს მის მარჯვნივ მჯდომარე მონაწილეს დაუკრავს ტაშით. ამგვარად, ამ რიტმულმა მონახაზმა საერთო რიტმული მონახაზის ფონზე მთელი წრე უნდა შემოიაროს. სავარჯიშო გრძელდება მორიგი მოხალისის მიერ განსხვავებული სახის რიტმული მონახაზის შესრულებით, რომელმაც ასევე მთელი წრე უნდა მოიაროს.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – რიტმის შეგრძნების, მონაწილეებს შორის ეფექტური კომუნიკაციისა და თანამშრომლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები ორ რიგად მწყრივებიან – რიგები ერთმანეთის პირისპირ დგანან. მონაწილეთა რაოდენობა რიგებში თანაბარია. წამყვანი უხსნის მათ, რომ ერთ რიგში მყოფი მონაწილეები სუბიექტები არიან, ხოლო მეორე რიგში – ისინი, ვინც სუბიექტების ანარეკლის როლს განასახიერებენ. ამგვარად, რიგში მყოფი თითოეული მონაწილე მის პირისპირ მდგართან წყვილს ქმნის. სუბიექტები უნდა დაუკვირდნენ თავიანთ განწყობას და ამ განწყობის შესაბამისი რიტმული მონახაზი უნდა შეასრულონ (ტაშით, ან ხელისგულების სხეულზე დარტყმით). ანარეკლი ცდილობს, რომ სუბიექტის მიერ განხორციელებული ყოველი მოძრაობა ზუსტად გაიმეოროს. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე რიტმული მონახაზი ცვლილებას განიცდის. წამყვანი აკონტროლებს, რომ სუბიექტები მყისიერად არ ცვლიდნენ რიტმულ მონახაზებს, ვინაიდან ანარეკლისათვის შესაძლებელი უნდა იყოს სუბიექტის მიერ განხორციელებული ცვლილების სინქრონული განმეორება. როდესაც წამყვანი დარწმუნდება, რომ წყვილებს შორის „რიტმული“ ურთიერთობა შედგა, ის მონაწილეებს სთხოვს როლები შეცვალონ – სუბიექტები ანარეკლის, ხოლო ანარეკლები სუბიექტების როლებს იღებენ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxanna Pope-ისა და Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მუსიკალური სმენისა და სიერცობრივი კოორდინაციის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – სასულე, სიმებიანი და დასარტყამი ინსტრუმენტები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან ან დგანან. სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი მოხალისეს იწვევს, დანარჩენმა მონაწილეებმა კი მუსიკალური ინსტრუმენტები უნდა შეარჩიონ. შემდეგ წამყვანი მოხალისეს თვალებს აუხვევს და მონაწილეებს სთხოვს ოთახში გაიფანტონ. თითოეულმა მონაწილემ რაიმე ადგილი უნდა შეარჩიოს და ეს პოზიცია სავარჯიშოს დასრულებამდე შეინარჩუნოს. სავარჯიშოს დასაწყისში, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს თავიანთი ინსტრუმენტები ძალიან ხმადაბლა, piano-ზე ააჟღერონ. თვალახვეულმა მოხალისემ ამ ხმოვან ლაბირინთში უნდა გაიაროს. როდესაც ის რომელიმეს მიუახლოვდება, იმ მონაწილემ ინსტრუმენტის ხმოვანებას უნდა მოუმატოს, ხოლო თუკი მოხალისე იმდენად ახლოს იქნება, რომ შეჯახების საფრთხე შეიქმნება, მონაწილემ კიდევ უფრო მეტად უნდა მოუმატოს ჟღერადობას. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ მოხალისე მშვიდობით არ გააღწევს ხმოვანი ლაბირინთიდან.

№1

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეებისათვის ემოციური განწყობის გამოხატვის შესაძლებლობის მინიჭება, ერთმანეთისადმი მიმდებლობისა და ურთიერთპატივისცემის გაღვივება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს თავიანთ განწყობას დაუკვირდნენ. თითოეულმა უნდა წარმოიდგინოს, ამ განწყობას რომ შეეძლოს, როგორი სიარულის მანერით გაივლიდა, ან რა ხმას გამოსცემდა ის. სავარჯიშოს შემდეგ ეტაპზე წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ოთახში გადაადგილება დაიწყონ, მათი სიარულის ტემპი საშუალო უნდა იყოს და თითოეული მონაწილე ოთახის ყოველი მონაკვეთის „ათვისებას“ უნდა ცდილობდეს. შემდეგ წამყვანი წყვეტს თავისუფალი სიარულის მანერით გადაადგილებას და მონაწილეებს სთხოვს ოთახში ისეთი მანერით იმოძრაონ, რომელიც მათ განწყობას შეესაბამება, ამასთანავე თითოეულ მონაწილეს შეუძლია საკუთარი განწყობის გახმოვანებაც მოახდინოს. მონაწილეები აგრძელებენ თავიანთი განწყობის შესაბამის სტილში მოძრაობას მანამ, სანამ წამყვანი არ შეაჩერებს მთელ გუნდს სიტყვით „სტოპ!“. როდესაც ეს მოხდება მონაწილეები ამ წამს არსებულ პოზებში „იყინებიან“. წამყვანი თითოეულ მათგანს უახლოვდება და სთხოვს მხოლოდ ერთი სიტყვით აღწერონ არსებული პოზამდგომარეობა – ეს პროცესი შეძლებისდაგვარად დინამიურად სრულდება. სავარჯიშოს ბოლოს მიმდინარეობს მონაწილეთა მიერ განსახიერებული განწყობების განხილვა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეებისათვის ემოციური განწყობის გამოხატვის შესაძლებლობის მინიჭება, ერთმანეთისადმი მიმდებლობისა და ურთიერთპატივისცემის გაღვივება. გუნდის მიერ თითოეული მონაწილეს აღიარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი მოხალისეს სთხოვს წრის ცენტრში გამოვიდეს. მოხალისემ რაიმე გრძნობა, ემოცია ან იდეა მხოლოდ ერთი ასოთი უნდა გამოხატოს – ეს შესაძლებელია იყოს რომელიმე ასო ხუთი ხმოვანიდან – ‘ა’, ‘ე’, ‘ი’, ‘ო’, ან ‘უ’. გრძნობა, ემოცია ან იდეა მოცემულ ასოში ინტონაციით, თანმხლები ჟესტით ან პანტომიმით უნდა იყოს ასახული. მას შემდეგ რაც მოხალისე დემონსტრირებას მოახდენს, მთელმა გუნდმა სამჯერ უნდა გაიმეოროს მის მიერ მოხდენილი დეკლარირება ყოველი დეტალის შენარჩუნებით. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ თითოეული მონაწილე არ გამოხატავს თავის მოსაზრებას ამ პრინციპით. ყოველი მონაწილე გუნდის მიერ სამჯერ არის აღიარებული მისი მოძრაობისა და ხმოვანი ასოს ინტონაციის ზუსტი განმეორებით. სავარჯიშოს შესაძლებელია შემდეგი სახის განვითარება ქონდეს – მონაწილეები ხმოვანის ნაცვლად ერთ სიტყვას ამბობენ, რომელიც მათი ემოციის, გრძნობის ან იდეის გამოხატულებაა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სიზუსტისა და კონცენტრაციის უნარების გაღრმავება.

მონაწილეებს შორის ერთმანეთის მიმდებლობის გაღრმავება.

არავერბალური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები ორ რიგად მწყრივებიან – რიგები ერთმანეთის პირისპირ დგანან. მონაწილეთა რაოდენობა რიგებში თანაბარია. წამყვანი უხსნის მათ, რომ ერთ რიგში მყოფი მონაწილეები სუბიექტები არიან, ხოლო მეორე რიგში – ისინი, ვინც სუბიექტების ანარეკლის როლს განასახიერებენ. ამგვარად, რიგში მყოფი თითოეული მონაწილე მის პირისპირ მდგართან წყვილს ქმნის. სუბიექტები უნდა დაუკვირდნენ თავიანთ განწყობას და ძალიან ნელი ტემპით, პლასტიკაში მისი ასახვა უნდა დაიწყო. ანარეკლი სუბიექტის თითოეულ მოძრაობას უნდა იმეორებდეს – მოძრაობა კი თავის მხრივ იმდენად ნელი უნდა იყოს, რომ ანარეკლმა მისი წინასწარი ამოცნობაც კი შესძლოს. ის მზად უნდა იყოს სუბიექტის მოძრაობა ოდნავ ნაადრევად შეასრულოს. მთავარია, რომ წამყვანი აკონტროლებდეს მონაწილეებს შორის შემდგარ ურთიერთობას, რომელიც არავითარ შემთხვევაში არ უნდა ატარებდეს მეტოქეობრივ ხასიათს – სუბიექტისა და ანარეკლის ურთიერთობა შეჯიბრი არ არის. მას შემდეგ რაც მოძრაობათა გარკვეული თანმიმდევრობა იქნება შესრულებული, რომელიც მონაწილეს არსებულ განწყობას ამომწურავად ასახავს, წამყვანმა როლები უნდა შეანაცვლოს. ამჯერად ის რიგი რომელიც ანარეკლის როლს ანსახიერებდა სუბიექტის როლს ითამაშებს, ხოლო ის, რომელიც სუბიექტისას ასრულებდა – ანარეკლად გადაიქცევა. სრულიად აუცილებელია ამ გარდასახვამდე მცირედი პაუზა არსებობდეს, რათა ყოფილმა ანარეკლებმა საკუთარი განწყობის გააზრება შეძლონ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეების მიერ ოთახის სივრცის შეგრძნება და ათვისება. ყურადღების კონცენტრაციის გაღვივება და გუნდური სულისკეთების ჩამოყალიბება. არავერბალური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ორ მონაწილეს განსაკუთრებული ყურადღება ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები ორ ქვეჯგუფად ნაწილდებიან, თითოეულმა წამყვანის დახმარებით ლიდერი უნდა შეარჩიოს. მას შემდეგ რაც ქვეჯგუფების ლიდერები შეირჩევა, წამყვანი მონაწილეებს ორ მწკრივში აყენებს, ხოლო ლიდერები მწკრივის შუაგულში უნდა იმყოფებოდნენ. როდესაც მონაწილეები ერთმანეთის პირისპირ განლაგდებიან, წამყვანი მათ სთხოვს ორი არკა შექმნან ისე, რომ თითოეული ქვეჯგუფის ლიდერი ერთმანეთის საპირისპირო მხარეს იმყოფებოდეს. ამგვარად, მონაწილეები ისე არიან განლაგებული, რომ ორივე ქვეჯგუფის ლიდერები ერთმანეთსაც ხედავენ და ამასთანავე თითოეული მონაწილეს თვალსაწიერშიც ხვდებიან. წამყვანი გადაწყვეტს თუ რომელი ლიდერი არის სუბიექტი და რომელია მისი ანარეკლი – შესაბამისად ქვეჯგუფებიც ან სუბიექტები არიან, რომლებიც თავიანთი ლიდერის მოძრაობებს იმეორებენ, ან კიდევ ანარეკლები, რომლებიც ასევე ლიდერის მოძრაობებს იმეორებენ. მას შემდეგ რაც სუბიექტი ლიდერი საკუთარ განწყობას დაუკვირდება, ის მოძრაობას იწყებს, ხოლო მასთან ერთად მოძრაობებს იმეორებენ მისი ქვეჯგუფის წევრებიც, ასევე ანარეკლი ლიდერი სუბიექტის მიერ განხორციელებულ მოძრაობებს ასრულებს და მისი ქვეჯგუფი იმეორებს ამ მოძრაობებს. სავარჯიშოს დასრულებისათვის არ არის აუცილებელი ქვეჯგუფების როლების შეცვლა, საკმარისია რომ განწყობა სრულფასოვნად იყოს გამოხატული მოძრაობათა თანმიმდევრობაში. დასრულების შემდგომ წამყვანი მცირე დისკუსიას წარმართავს მოძრაობებში ასახული განწყობისა და მონაწილეთა შეგრძნებების შესახებ.

№5

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – დინამიურობის ამაღლება, ყურადღების მაქსიმალური კონცენტრაცია. არავერბალური კომუნიკაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები -- არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მას შემდეგ რაც მონაწილეები წარმატებულად განახორციელებენ წინა სავარჯიშოს, წამყვანმა უნდა განაცხადოს, რომ სარკე გატყდა და ორ არკად ჩამოყალიბებული ქვეჯგუფები უნდა დაიშალონ. თითოეულმა მონაწილემ უნდა იპოვოს თავისი პარტნიორი და წყვილებმა წინარე განწყობის გარკვეული კომპონენტის განსახიერება განაგრძონ, რომელიც მათთვის არის შესაფერისი, ან სასურველი. აუცილებელია, რომ მოძრაობები მაქსიმალურად დინამიურად შესრულდეს და წყვილებმა ოთახის ყოველი მონაკვეთი დაფარონ – მათ მთელი ოთახის სივრცე უნდა აითვისონ. წამყვანი უნდა აკონტროლებდეს, რომ დინამიურობა მონაწილეთათვის ხელისშემშლელ ფაქტორად არ იქცეს – ისინი არ უნდა ჩქარობდნენ, ან ეჯიბრებოდნენ ერთმანეთს.

№6

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – საკუთარი ინდივიდუალობის შენარჩუნება და ცვლილებისათვის მზაობის განვითარება. არავერბალური კომუნიკაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – როდესაც წამყვანი დარწმუნდება, რომ წინა სავარჯიშოს მიზანი განხორციელდა, ის მონაწილეებს სთხოვს პარტნიორები შეცვალონ. პარტნიორების ცვლილება ხდება აუჩქარებლად. მას შემდეგ რაც ბრძანება იქნება გაცემული, მონაწილეები აგრძელებენ იმ მოძრაობას რომელსაც ასრულებდნენ – ამჯერად ინდივიდუალურად და არა წყვილში. პარტნიორის ძიებაში ისინი მშვიდად გადაადგილდებიან ოთახში, სანამ მათთვის შესაფერისი მოძრაობის შემსრულებელს არ იპოვიან. ამ შემთხვევაში ძალიან დიდი მნიშვნელობა ენიჭება თვალებით კონტაქტს.

№7

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – არაკერბალური კომუნიკაციის უნარის განვითარება და დახვეწა (მიმიკა, პანტომიმიკა). იმპროვიზაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – თუკი აქამდე „სარკის“ სავარჯიშოების მიზანს წარმოადგენდა მოძრაობების იდენტური განმეორება, ამჯერად წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ანარეკლებმა სუბიექტის მიერ შესრულებული მოძრაობის საპირისპირო მოძრაობა განახორციელონ – ანარეკლი უნდა პასუხობდეს სუბიექტს, მასთან პლასტიურ დიალოგში შევიდეს. სავარჯიშოს დინამიკა სუბიექტსა და ანარეკლს შორის პლასტიური „გზავნილების“ უწყვეტ გაცვლაში ვითარდება. შესაძლებელია ანარეკლი ეხშიანებოდეს სუბიექტს, აძლიერებდეს, ამცირებდეს, ან სრულიად საპირისპიროდ იმეორებდეს მისგან წამოსულ პლასტიურ „გზავნილს“.

№8

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – თვითშეფასების ამაღლება, მონაწილეებს შორის ურთიერთმიმდებლობის განვითარება. არავერბალური კომუნიკაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – როდესაც წინა სავარჯიშოს მიზანი განხორციელდება და მონაწილეები დაბრკოლების გარეშე მოახერხებენ პლასტიურ-მოძრაობით ინტერაქციას, წამყვანი მათ სთხოვს შეცვალონ მიზანი: ამჯერად სუბიექტი ნარცისის როლს თამაშობს, ხოლო ანარეკლი მის მოძრაობებს იმეორებს. სუბიექტი ძალიან კმაყოფილია საკუთარი გარეგნობით, ის ვერ წყვიტავს თვალს თავის ანარეკლს. შესაბამისად ანარეკლიც მოხიბლულია სუბიექტით და მის მოძრაობებში სუბიექტის მოძრაობების იდენტური აღტაცება გამოიხატება. სავარჯიშოს მომდევნო საფეხურზე სუბიექტი და ანარეკლი როლებს ცვლიან.

№9

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდური სულისკვეთების ჩამოყალიბება, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მას შემდეგ რაც მონაწილეები „სარკის“ სავარჯიშოების ყველა (ან რომელიმე) ფორმას შეასრულებენ, წამყვანი

მოითხოვს, რომ მთელი გუნდი გაერთიანდეს და სინქრონული მოძრაობები შეასრულოს – ერთმა რიგმა სუბიექტის როლი უნდა შეასრულოს, ხოლო მეორემ ანარეკლისა. როლები განპირობებულია წინა სავარჯიშოს მსვლელობისას მომხდარი გადანაწილებით. სავალდებულო არ არის რომ საბოლოოდ მთელი გუნდი სინქრონულ მოძრაობას ასრულებდეს, შესაძლებელია მოხდეს რამოდენიმე ქვეჯგუფად გადანაწილება, წამყვანი არ უნდა იყოს ამის წინააღმდეგი. ამ შემთხვევაში ინსტრუქციის გაცემის შემდეგ არჩევანის შესაძლებლობა გუნდის წევრებს ეძლევათ. მონაწილეები არავერბალური კომუნიკაციის (ყესტები, თვალებით კონტაქტი, მიმიკა, პანტომიმიკა) ყველა ფორმას იყენებენ, რათა გაერთიანება მოხდეს. იდეალურ ვარიანტში სავარჯიშოს დასასრულს, მთელი გუნდი სინქრონულად, ერთიან მოძრაობას ასრულებს – ერთი მწკრივი სუბიექტები, ხოლო მეორე კი – ანარეკლები.

№10

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები ორ რიგად მწკრივდებიან – რიგები ერთმანეთის პირისპირ დგანან. მონაწილეთა რაოდენობა რიგებში თანაბარია. წამყვანი უხსნის მათ, რომ ერთ რიგში მყოფი მონაწილეები მოქანდაკეები არიან, ხოლო მეორე რიგში – ისინი, ვინც მოქანდაკეს მიერ გამოძერწილი ქანდაკების როლს განასახიერებენ. მოქანდაკე უახლოვდება ქანდაკებას და ზელის შეხებით მისგან სასურველი ფორმის ქანდაკებას ძერწავს. ქანდაკება ემორჩილება მოქანდაკეს – რომელიც თავის მხრივ ქანდაკებას არ უნდა აყენებდეს მისთვის მოუხერხებელ მდგომარეობაში, ქანდაკებას არ უნდა გაუჭირდეს წონასწორობის შენარჩუნება. როდესაც მოქანდაკე ქან-

დაკებას სწორედ ისე „გამოძერწავს“ როგორც ეს მას ქონდა ჩაფიქრებული, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს თავიანთი როლები გაცვალონ.

№11

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წინა სავარჯიშოს შემდეგ მონაწილეები იგივე ადგილმდებარეობას ინარჩუნებენ და იგივე ამოცანა უნდა შეასრულონ, იმ განსხვავებით, რომ ამჯერად ქანდაკების „ძერწვა“ ხელის შეხების გარეშე მიმდინარეობს. მოქანდაკემ ქანდაკება დისტანტიურად უნდა „გამოძერწოს“. ძერწვის პროცესი სიმბოლური ნიშნების გამოყენების გარეშე მიმდინარეობს – მოქანდაკე არ იღებს თავად იმ პოზას, რომლის მინიჭებაც სურს ქანდაკებისათვის. ასევე დაუშვებელია, რომ პარტნიორებს შორის გასაუბრება მოხდეს. მხოლოდ უკიდურეს შემთხვევაში, თუკი ქანდაკება ვერ ხვდება მოქანდაკეს მინიშნებს, ნებადართულია, რომ მოქანდაკე მას ხელით შეეხოს და ამგვარად მიახედროს იგი. მას შემდეგ რაც პირველი წყვილი წარმატებით გაართმევს თავს დავალებას, მათი როლების შენაცვლება უნდა მოხდეს.

№12

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წინა სავარჯიშოს დასრულების შემდგომ, წამყვანი ითხოვს რომ მონაწილეებმა დაიმახსოვრონ თავიანთი როლი და მეწყვილე და გაიფანტონ მთელს ოთახში მათთვის სასურველ და კომფორტულ ადგილმდებარეობებზე. აუცილებელია მონაწილეების მიერ დაცული იყოს შემდეგი პირობა – ყოველი მეწყვილე ისეთ ადგილას უნდა იმყოფებოდეს, რომ შესაძლებელი იყოს მასთან თვალებით კონტაქტის დამყარება. მოქანდაკეებმა ისევ უნდა დაიწყონ ქანდაკების გამოძერწვა – ამჯერად დისტანციაზე. მათ არ უნდა უშლიდეს ხელს ის ფაქტი, რომ შესაძლოა სხვა მონაწილეთა „დისტანტური დიალოგის“ გადაკეთაზე იმყოფებოდნენ. ნებისმიერ შემთხვევაში მოქანდაკე და ქანდაკება ერთმანეთთან თვალებით კონტაქტში რჩებიან. მოქანდაკე მხოლოდ ჟესტებითა და სიმბოლოებით ცდილობს მიახვედროს ქანდაკება, სასურველი პოზის შესახებ, თუმცა დაუშვებელია, რომ მოქანდაკემ თავად მიიღოს ეს პოზა და ქანდაკებამ მისი განმეორება მოახდინოს. განსხვავებული სახის ჟესტებისა და სიმბოლოების გამოყენებით ის ყოველმხრივ ცდილობს გააგებინოს და მიახვედროს ქანდაკება. როდესაც მოქანდაკე დაასრულებს „ძერწვას“ წამყვანი მონაწილეებს როლების გაცვლას სთხოვს.

№13

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მას შემდეგ რაც მონაწილეთა შორის უსიტყვო დიალოგი სრულფასოვნად იქნება ჩამოყალიბებული და მოქანდაკეები

ქანდაკეებს კონცეპტუალური დატვირთვის მქონე პოზას მიანიჭებენ, წამყვანი მათ ახალ მიზანს დაუსახავს. ამჯერად მოქანდაკეებმა თითოეული ქანდაკება ერთიან მონუმენტში უნდა მოიაზრონ და ქანდაკებები ერთმანეთს დაუახლოვონ. თუკი ამას მოითხოვს ერთიანი მონუმენტის კონტექსტი, მოქანდაკეებს შეუძლიათ ქანდაკებების პოზებში მცირედი ცვლილება შეიტანონ.

№14

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ოთხი ან ხუთი ადამიანისაგან შემდგარ ქვეჯგუფებად ანაწილებს. თითოეულმა ქვეჯგუფმა ლიდერი უნდა აირჩიოს, რომელიც მოქანდაკეს როლს შეასრულებს – ქვეჯგუფის დანარჩენი წევრები ქანდაკებები არიან. მოქანდაკემ ქანდაკებებისაგან რაიმე სკულპტურა უნდა გამოძერწოს, რომელსაც გარკვეული სახის იდეური დატვირთვა ექნება. მას შემდეგ რაც მისი იდეა სრულფასოვნად იქნება ასახული სკულპტურაში, მოქანდაკემ ერთ-ერთი ქანდაკების ადგილი უნდა დაიკავოს, ხოლო უკანასკნელმა მოქანდაკეს როლი უნდა აიღოს. ამჯერად ახლად შემდგარმა მოქანდაკემ სკულპტურაში თავისი იდეა უნდა ასახოს, რომელიც წინამდებარე იდეაზე თავისებურ გამოძახილს წარმოადგენს. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მონაწილე არ გამოცდის თავს მოქანდაკეს როლში.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები ორ რიგად მწყრივდებიან – რიგები ერთმანეთის პირისპირ დგანან და მათ შორის გარკვეული დისტანცია არსებობს. მონაწილეთა რაოდენობა რიგებში თანაბარია. წამყვანი უხსნის მათ, რომ ერთ რიგში მყოფი მონაწილეები მარიონეტები არიან, ხოლო მეორე რიგში მყოფნი – მეთოჯინეები. წამყვანი უხსნის მონაწილეებს, რომ მეთოჯინესა და მარიონეტს შორის უხილავი თოკი არის გაბმული. უხილავი თოკი მარიონეტის სხეულის სწორედ იმ ნაწილს უკავშირდება, რომელსაც მეთოჯინე მზერით მიანიშნებს – მხარი, ხელი, ფეხი, თავი და ა. შ. მას შემდეგ რაც თოკი „გაბმული“ იქნება და მეთოჯინე მას ხელს გამოკრავს, მაშინვე მარიონეტის სხეულის სწორედ ის ნაწილი უნდა ამოძრავდეს იგივე მიმართულებით, რომელზედაც უხილავი თოკი არის გამობმული. რამოდენიმე წუთის შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს როლები შეანაცვლონ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, არავერბალური და ეფექტური კომუნიკაციისა და კოორდინაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – როდესაც მონაწილეები წარმატებით გაართმევენ თავს წინა სავარჯიშოს ამოცანას, წამყვანი სთხოვს წარმოიდგინონ, რომ ზემოთ პორიზონტალურ მდგომარეობაში უხილავი ჯოხი არის დამაგრებული. ამჯერად უხილავი თოკი ამ უხილავ ჯოხზე არის გადაღებული და შემდეგ უკვე მარიონეტის სხეულს უკავშირდება. ამ შემთხვევაში მეთოჯინეს მიერ თოკის გამოკერის შემდეგ, მარიონეტი საპირისპირო მიმართულებით ამოძრავებს სხეულის ამა თუ იმ ნაწილს. თავდაპირველად სავარჯიშო ნელა სრულდება, რათა მარიონეტი გაერკვიოს მოძრაობების კოორდინაციაში, ხოლო მეორე ეტაპზე მეთოჯინე ნებადართულია მოუმატოს ტემპს. ტემპის მომატების ბრძანებას წამყვანი გასცემს. მას შემდეგ რაც უსიტყვო დიალოგი შედგება, მონაწილეებმა როლები უნდა შეცვალონ.

№17

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნეველი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის, გუნდური სულისკვეთებისა და თანამშრომლობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ოთახში თავისუფლად იმოძრაონ. თითოეულმა მონაწილემ ოთახის ყოველ კუთხეში უნდა გაიაროს – ოთახის სივრცე მაქსიმალურად აითვისოს. მოძრაობისას მონაწილეები ცდილობენ ერთმანეთს ხელი არ შეუშალონ – პროცესი დინამიური, მაგრამ ჰარმონიული უნდა იყოს. სავარჯიშოს შემდგომ ეტაპზე წამყვანი ასახელებს გარკვეული რაოდენობის, განსხვავებულ გეომეტრიულ ფიგურებს (მონაწილეების რაოდენობიდან გამომდინარე) – ერთი ოთხკუთხედი, ორი სამკუთხედი, სამი წრე და ა. შ. მონაწილეებმა უნდა მოახერხონ და მოახდინონ სწორედ ამდენივე ფიგურის ფორმირება.

№18

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის, გუნდური სულისკვეთებისა და თანამშრომლობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშო წინამდებარეს მსგავსად იწყება და მომდევნო ეტაპზე, როდესაც მონაწილეები „სივრცეს აითვისებენ“, გეომეტრიული ფიგურების ნაცვლად, წამყვანი ასახელებს რაიმე ფერსა და ტანისამოსის ნაწილს – მაგალითად, ორი ლურჯი შარვლის ტოტი, სამი ყვითელი საყელო, ხუთი წითელი მკლავი და ა.შ. მონაწილეები დასახელებული კონფიგურაციის მიხედვით უნდა გაერთიანდნენ.

№19

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის, გუნდური სულისკვეთებისა და თანამშრომლობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ოთახში ნელა, ძუძუპულთით ირბინონ. თითოეული მონაწილე ცდილობს მთელი ოთახის სივრცე აითვისოს. წინა სავარჯიშოებთან შედარებით მონაწილეთა გადაადგილების დინამიკა ნაკლებია, მათი პარამონიული მოძრაობა ამჯერად უკვე თავისთავადია. მას შემდეგ რაც მონაწილეები „სივრცეს აითვისებენ“, წამყვანი ასახელებს რიცხვებს –

სამი, ხუთი, რვა (მონაწილეების რაოდენობიდან გამომდინარე) – რის შემდეგაც მონაწილეებმა დასახელებული რაოდენობის მქონე ქვეჯგუფებში უნდა განაგრძონ მოძრაობა. ქვეჯგუფები მანამ მოძრაობენ ერთობლივად, სანამ წამყვანი განცალკევებას არ უბრძანებს. მნიშვნელოვანია, რომ ერთობლივად მოძრაობისას გუნდის წევრებს შორის მოძრაობათა მაქსიმალური ჰარმონია იყოს მიღწეული (მონაწილეები ერთმანეთს ხელს არ უნდა უშლიდნენ).

№20

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნეველი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის, გუნდური სულისკეთებისა და თანამშრომლობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშო წინამდებარეს მსგავსად იწყება და მომდევნო ეტაპზე, როდესაც მონაწილეები „სივრცეს აითვისებენ“, წამყვანი გასცემს ბრძანებას – „ერთად!“ და მონაწილეებმა ნულა, ძუნძულით სირბილი ერთ გუნდად შეკრულებმა უნდა განაგრძონ. ისინი განაგრძობენ ოთახში გადაადგილებას ერთობლივად მანამ, სანამ წამყვანი განცალკევებას არ უბრძანებს. ეს საკმაოდ რთული შესასრულებელი დავალება არის და ამიტომ შესაძლებელია თავიდანვე არ გამოვიდეს. წამყვანი სავარჯიშოს აგრძელებს მანამ, სანამ გუნდის იდეალური გაერთიანება არ მოხდება.

№21

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის, ყურადღების კონცენტრაციის, გუნდური სულისკეთებისა და თანამშრომლობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს ინსტრუქციის გაცემამდე წამყვანი ორ მოხალისეს გამოიწვევს და შემდეგ მონაწილეებს სამ-სამი ადამიანისაგან შემდგარ რიგებად ანაწილებს. ერთი-მეორეს უკან მდგარ მონაწილეთა რიგები წრეზე არიან განლაგებული ისე, რომ მათი სახეები ცენტრისაკენ იყოს მომართული. წამყვანი მოხალისეებს უხსნის, რომ ერთ-ერთი მათგანი მონადირეა, ხოლო მეორე რაიმე სახის ცხოველი (მოხალისეებს შესაძლებლობა ეძლევათ თავად აირჩიონ როლი). ცხოველი უნდა გაიქცეს, ხოლო მონადირემ ის უნდა დაიჭიროს. ცხოველს აქვს უფლება ნებისმიერი მიმართულებით იმოძრაოს, ხოლო მაშინ როდესაც საფრთხეს იგრძნობს, რომელიმე რიგის უკან შეაფაროს თავი. ამ შემთხვევაში რიგში მდგარი პირველი მონაწილე იქცევა ცხოველად და მონადირეს თავი უნდა დააღწიოს. სავარჯიშო დასრულდება მაშინ, როდესაც მონადირე ცხოველს დაიჭერს. თუკი მონაწილეებს სავარჯიშოს გაგრძელების სურვილი ექნებათ წამყვანმა ახალი მოხალისეები უნდა გამოიწვიოს.

№22

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის, წარმოსახვის უნარის, გუნდური სულისკეთებისა და თანამშრომლობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ოთახში თავი-სუფლად და ქაოტურად იმოძრაონ. მათ მთელი ოთახის სივრცე უნდა „ათთვისონ“. გადაადგილებისას მონაწილეები ერთმანეთს დროდადრო ხან ხელით, ხან ფეხით, ხან სხეულით ეხებიან (ბავშვების შემთხვევაში წამყვანმა უნდა გააკონტროლოს, რომ შეხება უხეში არ იყოს). შემდეგ წამყვანმა მოულოდნელად უნდა გასცეს ბრძანება – „სტოპ!“ მონაწილეები აღვივებულ იყვნენ. შემდეგ თითოეული მათგანი ერთმანეთს რაიმენაირად უნდა მიწვდეს – ხელით, ფეხით ან სხეულის რაიმე ნაწილით. საბოლოოდ მთელი გუნდი გაერთიანებულია, ხოლო შექმნილი ფიგურა ზედხედიდან ობობას ქსელს წაგავს. წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს შეეცადონ და წარმოიდგინონ თუ როგორ გამოიყურება შექმნილი „ობობას ქსელი“.

№23

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის, სისწრაფისა და გუნდური სულისკეთების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს ინსტრუქციის გაცემამდე წამყვანი ორ მოხალისეს იწვევს. მონაწილეები ოთახში ქაოტურად დარბიან (თუკი საკმარისი სივრცე არ არის, წამყვანი მათ სთხოვს სირბილის ნაცვლად სწრაფად იარონ). მოხალისეებმა მონაწილეები უნდა დაიჭირონ და როდესაც რომელიმეს ხელს შეახებენ, უკანასკნელი განზე გამდგარი ფეხებით ჩერდება. „გაყინული“ მონაწილე ამ მდგომარეობაში რჩება მანამ, სანამ რომელიმე სხვა მის ფეხებს შორის არ გაძვრება. სავარჯიშო მთავრდება მაშინ, როდესაც ყველა დაიღვას, ან იმ შემთხვევაში თუკი მოხალისეები ყველას ერთდროულ გაშეშებას მოახერხებენ.

№24

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნეებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სწრაფი რეაგირებისა და შემოქმედებითი აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. ინსტრუქციის გაცემამდე წამყვანი ორ მოხალისეს იწვევს. შემდეგ ის სთხოვს მონაწილეებს რომ წრე შეკრან. აქტივობის მოქმედება წრის შიგნით მიმდინარეობს. ერთ-ერთი მოხალისე კატიც, ხოლო მეორე თავგის როლს განასახიერებს. კატამ თავი უნდა დაიჭიროს. როდესაც თავი თავის დაღწევას მოისურვებს, მას შეუძლია წრეში ჩადგეს. ამჯერად მის გვერდზე მდგარი რომელიმე მონაწილე კატიცათვის შიშის მომგვრელ ცხოველად გადაიქცევა – მაგალითად ძაღლად – და დაედევნება მას. შემდეგ კატასაც აქვს უფლება თავი შეაფაროს წრეში, ხოლო მის გვერდზე მდგარი რომელიმე მონაწილე ძაღლისათვის შიშისმომგვრელ ცხოველად გადაიქცევა და მას დაედევნება. სავარჯიშო ამ პრინციპით გრძელდება მანამ, სანამ მონაწილეები არ დაიღლებიან.

№25

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სხეულის ენის მნიშვნელოვნობის გაცნობიერება, ეფექტური კომუნიკაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი ორ მოხალისეს იწვევს. ინსტრუქციის მიხედვით, მოხალისეები უნდა შეთანხმდნენ რაიმე განწყობაზე და ამ განწყობის შესაბამისად ჩამოართვან ერთმანეთს ხელი. მაგალითად, ეს შესაძლებელია იყოს საკმიანი ადამიანების შეთანხმების, მეგობრების მისალმების, ან თუნდაც შეყვარებულთა განშორების გამომხატველი ხელისჩამორთმევა. მაშინ როდესაც ხელისჩამორთმევა შედგება, წამყვანი ამბობს „სტოპ!“ და ყინავს მოხალისეთა მოქმედებას. ის ეკითხება მაყურებლებს, თუ რას გამოხატავს ეს გამომეტყველება და სხეულის ამგვარი მომართულობა, ან პოზა? გუნდის დანარჩენმა წევრებმა უნდა შეაფასონ ხელისჩამორთმევის გამომხატველი განწყობა – წამყვანი მონაწილეთა მიერ გამოთქმული შეფასებების შეჯამებას ახდენს. შემდეგ ის სთხოვს რომელიმე ერთ-ერთ მოხალისეს დატოვოს თავისი პარტნიორი და შორიდან დააკვირდეს მის გამომეტყველებას (რომელიც არ უნდა შეიცვალოს). დისოცირების შემდეგ მოხალისემ რაიმე განსხვავებული და პარტნიორის გამომეტყველებისათვის შესაბამისი განწყობა უნდა მოიფიქროს. როდესაც ის მზად იქნება, მიუახლოვდება პარტნიორს და ამჯერად ამ განსხვავებული განწყობით ჩამოართმევს მას ხელს. წამყვანი ისევ გაყინავს მათ და დანარჩენებს სთხოვს შეაფასონ წყვილის გამომეტყველება. შეფასების შემდეგ წამყვანი მაყურებელთა მიერ გამოთქმული მოსაზრებების შეჯამებას ახდენს.

№26

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის, კოორდინაციისა და გუნდური თანამშრომლობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დაფიქრდნენ თუ რამდენი სპორტული თამაში არსებობს, რომელშიც ბურთი ფიგურირებს: ჩოგბურთი, ფეხბურთი, წყალბურთი, ფრენბურთი, ცხენ-

ბურთი, გოლფი და ა. შ. გუნდის წევრებმა ერთიანი გადაწყვეტილება უნდა მიიღონ იმასთან დაკავშირებით, თუ რომელი თამაშის განსახიერება სურთ. გადაწყვეტილების მიღებისთანავე, წამყვანი მონაწილეებს ორ ქვეჯგუფად ანაწილებს (თუკი შერჩეულ თამაშში აუცილებელ კომპონენტს წარმოადგენს ორი გუნდის არსებობა) და მათ შორის როლებისა და ფუნქციების გადანაწილებასაც ახდენს (ფეხბურთის შემთხვევაში: მეკარე, გუნდის კაპიტანი, მცველი, თავდამსხმელი, მწვრთნელი და ა. შ.). როდესაც მონაწილეები თამაშის განსახიერებისათვის მზად იქნებიან, წამყვანი მათ სთხოვს თამაშში დაიწყონ იმ პირობით, რომ ბურთი წარმოსახული უნდა იყოს. თითოეული მონაწილე წარმოსახული ბურთის მოძრაობას უნდა ითვალისწინებდეს და თვითონაც შესაბამისად მოძრაობდეს. წამყვანი მსაჯის ფუნქციას ასრულებს. თუკი რომელიმე მონაწილე შეუსაბამო მოძრაობას განახორციელებს მან ის უნდა „დააჯარიმოს“, ხოლო სანქციას კი გუნდის წევრები დააწესებენ.

№27

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – აგრესიის განმუხტვა, კოორდინაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი წრეში მდგარ მონაწილეებს სთხოვს დაწყვილდნენ. თითოეულმა წყვილში მყოფმა, რეალური დარტყმებისა და ხელის შეხების გარეშე ბოქსის მატჩი უნდა გაათამაშოს. აუცილებელია, რომ თითოეული მოძრაობა მონაწილეთა მიერ გახმოვანებული იყოს. თუკი წყვილში მყოფნი ვერ მოახერხებენ „შეთამაშებას“, წამყვანი მათ სთხოვს, რომ მოძრაობები მაქსიმალურად შეანელონ. ამგვარად, მათ შესაძლებლობა ექნებათ წინასწარ გამოიცნონ პარტნიორის მოსალოდნელი მოძრაობა და შესაბამის პოზიციაში დახვდნენ მას. აუცილებელია, ეს სავარჯიშო დასრულდეს მონაწილეების მხრიდან ერთმანეთის მიმართ პოზიტიური ემოციების გამოხატვით.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – პოზიტიური ემოციების გამოხატვის ხელშეწყობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი წრეში მდგარ მონაწილეებს სთხოვს დაწყვილდნენ. შემდეგ დაწყვილებულებმა უნდა წარმოიდგინონ, რომ ერთმანეთი უყვართ და ეს ურთიერთობა ექსტრემით გამოხატონ. ამ სავარჯიშოს განხორციელება რეკომენდირებულია წინამდებარეს შემდეგ.

№29

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდური სულისკვეთების, თანამშრომლობისა და კოოპერაციის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-30

ხანგრძლივობა – 5 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი გუნდს ორ, თანაბარი რაოდენობის ქვეჯგუფად ანაწილებს. შემდეგ ის მონაწილეებს სთხოვს გაიხსენონ „ბაგირის გადაქაჩვის“ თამაში და ეკითხება მათ, თუ რა განაპირობებს რომელიმე გუნდის გამარჯვებას ამ თამაშის შემთხვევაში. მონაწილეები თავიანთ მოსაზრებებს აყალიბებენ. წამყვანი შეაჯამებს მონაწილეთა მიერ გამოთქმულს და შემდეგ სთხოვს მათ განასახიერონ ეს თამაში ყველა ზემოთ ჩამოთვლილი პრინციპის გათვალისწინებით. სავარჯიშოს აუცილებელი პირობა მდგომარეობს იმაში, რომ ბაგირი წარმოსახულია. მონაწილეები ყველა შესაძლო ვითარებას განასახიერებენ: როდესაც ერთი გუნდის წევრები ბაგირს თავისკენ ზედმეტად

ქაჩავენ. მეორე გუნდი უნდა გამოხატავდეს ძალების მაქსიმალურ დაძაბვას. რათა ბაგირი საპირისპირო მიმართულებით გადაიქაჩოს და ა. შ. (ამ სავარჯიშოს ვარიაციის სახით შესაძლებელია ნებისმიერი გუნდური სამუშაოების წარმოსახული განსახიერება: ზღვიდან თევზით სავსე ბადის ამოტანა, პიანინოს გადატანა და ა. შ.)

№30

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ფანტაზიისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს წარმოიდგინონ, რომ ჰაერი თოვლით არის სავსე და ამ თოვლისაგან შესაძლებელია ნებისმიერი სახის ფიგურის გამოძერწვა. შემდეგ რომელიმე მონაწილე იწყებს მისთვის სასურველი ფიგურის ძერწვას – მას შეუძლია ნებისმიერი ხერხი გამოიყენოს: ხელით ძერწვა, ან ქანდაკების დამუშავება ჩაქუჩით. მთავარია, რომ მისი მოძრაობები შერჩეულ ხერხს შეესაბამებოდნენ. როდესაც ის ფიგურის დამუშავებას დაასრულებს, დანარჩენმა მონაწილეებმა უნდა გამოიცნონ თუ რა ფიგურა არის გამოძერწილი. სავარჯიშო ამ პრინციპით გრძელდება მანამ. სანამ ყოველ მონაწილეს არ მიეცემა რაიმე ფიგურის შექმნის შესაძლებლობა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ეფექტური კომუნიკაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – განსხვავებული სოციალური როლებისათვის შესაბამისი თეატრალური აქსესუარები: სათვალე, ჩანთა, წინსაფარი და ა. შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ სავარჯიშოს მთავარი მიზანია მონაწილეთა მიერ განსხვავებული სოციალური როლების სპექტრის წარმოჩინება: შვილი, დედა, მამა, ექიმი, მასწავლებელი, მეზობელი, გამყიდველი და ა.შ. სავარჯიშოს იწყებს რომელიმე ერთი მონაწილეთაგანი, ვინც გარკვეული სახის სოციალურ როლს ირჩევს, ვთქვათ შვილი. ის პანტომიმის მეშვეობით რაიმე განწყობას გამოხატავს. რამოდენიმე წამის შემდეგ მაყურებელთა რიგებში მყოფი რომელიმე მონაწილე „სცენაზე გამოდის“ და პირველი მონაწილეს მიერ გათამაშებული როლის საპასუხოდ განსხვავებულ სოციალურ როლს განასახიერებს – ვთქვათ მასწავლებელი – რომელიც ისევ და ისევ პანტომიმის მეშვეობით, ბავშვის როლის შემსრულებლის საპასუხო განწყობას გამოხატავს. ორიოდ წუთის შემდეგ მაყურებელთა რიგიდან მათ მესამე მონაწილე უერთდებათ, რომელიც პირველი ორისაგან განსხვავებული სოციალური როლის შემსრულებელი უნდა გახდეს. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ გათამაშებაში ყველა მონაწილე არ იქნება ჩართული. მაშინ როდესაც გათამაშება კულმინაციას მიაღწევს, წამყვანი სიტყვით „სტოპ!“ შეაჩერებს მონაწილეებს და სთხოვს, რომ თითოეული მათგანი დაუკვირდეს იმ საზრისს და იდეას რომელსაც ისინი გამოხატავდნენ თავიანთი ქესტებით. თითოეული მონაწილე უნდა დაუკვირდეს, თუ რამდენად შესაბამისი იყო ესა თუ ის იდეა ამა თუ იმ სოციალური როლისათვის. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს. დისკუსიისას განიხილება თუ რამდენად სრულფასოვნად ასრულებენ მონაწილეები მათთვის შესაბამისი სოციალური როლების პასუხისმგებლობებს რეალურ ცხოვრებაში.

№32

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მიხვედრილობისა და გამომსახველობის (ექსპრესიის) უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – განსხვავებული სოციალური როლებისათვის შესაბამისი თეატრალური აქსესუარები: სათვალე, ჩანთა, წინსაფარი და ა. შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს თავიანთი ცხოვრებიდან რაიმე სცენა გაიხსენონ, როდესაც მათ გარკვეული სოციალური როლის შესრულება უწევდათ. რამოდენიმე წუთის შემდეგ წამყვანი გუნდიდან მოხალისეს იწვევს. მოხალისე შესაბამის აქსესუარს ირჩევს და მხოლოდ პანტომიმის მეშვეობით ათამაშებს სკეტჩს. მაყურებლებმა უნდა გამოიცნონ თუ რა ვითარება და რომელი სოციალური როლი არის ასახული მოხალისეს მიერ. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მსურველი არ გაათამაშებს თავის სკეტჩს. დასასრულს წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, სადაც განიხილება თუ რამდენად სწორად გაიგო მაყურებელმა გათამაშებული სკეტჩების შინაარსი და რამ განაპირობა ამ შინაარსის არჩევანი შემსრულებელთა მიერ.

№33

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრაციისა და დაკვირვებულობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – თავსაფარი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი გუნდიდან მოხალისეს იწვევს. მოხა-

ლისე ყოველ მონაწილეს ყურადღებით უნდა დაუკვირდეს. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე წამყვანი მოხალისის სთხოვს გუნდს ზურგი შეაქციოს, ან თავსაფრით თვალს აუხვევს მას. თვალახვეულმა, ან ზურგშექცეულმა მოხალისემ წამყვანის მიერ დასახელებული მონაწილეს ჩაცმულობის დეტალური აღწერა უნდა მოახდინოს. თუკი მოხალისე წარმატებით გაართმევს თავს ამოცანას, წამყვანი ართულებს მას და ამჯერად მოხალისეს სთხოვს დასახელებული მონაწილეს განწყობა და ხასიათი აღწეროს. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ მისი შესრულების მსურველები იქნებიან. დასასრულს წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, ძირითადად განიხილება თუ რამ განაპირობა განწყობისა და ხასიათის შესახებ დასკვნების გამოტანა.

№34

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ცვლილებათა გაცნობიერება და ამ მოვლენის განხილვა დისკუსიისას. ყურადღების კონცენტრაციისა და დაკვირვებულობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5 წ.

მასალები – წერილმანი თეატრალური აქსესუარები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს შეარჩიონ წერილმანი თეატრალური აქსესუარები, ისეთი როგორიცაა სათვალე, საყურეები, სამკაულები, თმის სამაგრები და ა.შ. აქსესუარების შერჩევის შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს ორ რიგად ამწყირევს და სთხოვს, რომ თითოეულმა მონაწილემ თავისი აქსესუარები ზურგს უკან დააღაგოს. შემდეგ მონაწილეები ერთმანეთს ყურადღებით უნდა დააკვირდნენ. რამოდენიმე წამის შემდეგ წამყვანი მათ უბრძანებს ერთმანეთს ზურგი შეაქციონ და აქსესუარების დამატებით თავიანთ გარეგნობაში გარკვეული ცვლილებები შეიტანონ. როდესაც ეს დავალება შესრულებული იქნება, წამყვანი მონაწილეებს უბრძანებს ისევ დააკვირდნენ ერთმანეთს. რამოდენიმე წამის შემდეგ ის მონაწილეებს ერთმანეთისადმი ისევ ზურგს შეაქცევენ. სავარჯიშოს

შემდეგ ეტაპზე წამყვანი თითოეულ წყვილს ეკითხება თუ რა ცვლილება შეამჩნიეს ერთმანეთის გარეგნობაში. მას შემდეგ რაც მონაწილეები აღწერენ პარტნიორის გარეგნობის ცვლილებას, წამყვანი მათ ისევ დაუპირისპირებს ერთმანეთს.

№35

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ფექტური კომუნიკაციისა და გამომსახველობის (ექსპრესიის) განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – ბარათები, მარკერი, განსხვავებული სოციალური როლებისათვის შესაბამისი თეატრალური აქსესუარები: სათვალე, ჩანთა, წინსაფარი და ა.შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ბარათებს ურიგებს, სადაც განსხვავებული სოციალური როლები არის მითითებული. მონაწილეებმა შესაბამისი თეატრალური აქსესუარები უნდა შეარჩიონ და შემდეგ ბარათზე მითითებული სოციალური როლის განსახიერება დაიწყონ. მონაწილეთა მოქმედება მხოლოდ პანტომიმითა და საჭირო ვოკალური გახმოვანებით ხორციელდება – მაგალითად პოლიციელის შემთხვევაში ეს შესაძლებელია იყოს დამნაშავეს დადევნებისას საჭესთან ყოფნისა და მანქანის სირენის იმიტირება და ა.შ. სავარჯიშოს მთავარ მიზანს წარმოადგენს ის, რომ მონაწილეებმა მსგავსი სოციალური როლის შემსრულებელი უნდა აღმოაჩინონ და შემდგომი გათამაშება მასთან ერთად მოახდინონ. მონაწილეები შესაძლოა წყვილში, სამნი, ან ოთხნი ერთად მოქმედებდნენ. თუკი გუნდი ამ ამოცანას შეასრულებს, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ამჯერად სოციალურ გუნდებს შორის დაამყარონ ურთიერთობა. შესაძლებელია, მონაწილეებმა მცირედი იმპროვიზირებული დადგმა გაათამაშონ. სავარჯიშოს დასასრულს წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის მსვლელობისას აქტივობის შედეგად მიღებული შთაბეჭდილებები განიხილება.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ეფექტური კომუნიკაციისა და კოორდინაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს შესრულებისათვის აუცილებელია მონაწილეთა რაოდენობა ლუწი იყოს. მონაწილეები სიმეტრიულ წრეს აყალიბებენ. წრის ცენტრში რაიმე ნივთი არის მოთავსებული, მაგალითად თასი. წამყვანი მონაწილეებს ეუბნება, რომ თასი წრის ღერძს წარმოადგენს, რომელიც წრეს აბალანსებს, მონაწილეებს ორად ანაწილებს და დანომრავს შემდეგი პრინციპით: ნახევარწრეების საპირისპირო კუთხეებში მყოფი ორი მონაწილე პირველები არიან; მათ გვერდზე მყოფნი – მეორეები; შემდეგ მესამეები და ა.შ. დანომრვა ნახევარწრეების განაპირა კუთხეებიდან ცენტრის მიმართულებით მიმდინარეობს. სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი გადაწყვეტს, თუ რომელი ნახევარწრე განასახიერებს ლიდერების როლს. მოქმედება იწყება შემდეგი ინსტრუქციის თანახმად: როდესაც წამყვანი ნომერს დაასახელებს, ლიდერი იწყებს მოძრაობას ნებისმიერი მიმართულებით (წრის ცენტრთან მიმართებაში წინ, უკან, მარჯვნივ, ან მარცხნივ). ამავე დროს საპირისპირო ნახევარწრეში მყოფი იგივე ნომრის მატარებელიც უნდა ამოძრავდეს. მისი მოძრაობა წრის ღერძისადმი ბალანსს უნდა განაპირობებდეს – თუკი ლიდერი უკან დაიძრა, მისი მეწყვილეც უკან უნდა დაიძრას, თუკი ლიდერი წინ მოდის, მეწყვილეც იგივე მიმართულებით მოძრაობს. თუ ლიდერი მარჯვნივ მიდის, მეწყვილე მისგან მარჯვენა მხარეს უნდა ამოძრავდეს და ა.შ. მთავარია, რომ მათი მოძრაობა სიმეტრიული იყოს. როდესაც წყვილის მოძრაობა საკმარისად სიმეტრიული იქნება, წამყვანი მათ შეაჩერებს და სხვა ნომერს დაასახელებს. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე წამყვანი მონაწილეთა როლებს შეანაცვლებს – ყოფილი ლიდერები მეწყვილეებად იქცევიან, ხოლო მეწყვილეები კი ლიდერებად. სავარჯიშოს ბოლო სტადიაზე წამყვანის ბრძანებით,

წყვილები რიგ-რიგობით გამოეთიშებიან მოქმედებას და სავარჯიშო სრულდება მხოლოდ ერთი წყვილის მოძრაობით, რომელიც თავისი ნების მიხედვით უნდა შეჩერდეს.

№37

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნებისა და იმპროვიზაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – ხმის ჩამწერი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი ოთხ, ან ხუთ მოხალისეს იწვევს. დანარჩენი მონაწილეები მაყურებლები არიან. შემდეგ ის უხსნის მოხალისეებს, რომ მათ ერთობლივი ძალისხმევით, იმპროვიზირებულად, ისტორია უნდა შექმნან, რომელიც შემდეგი ინსტრუქციის თანახმად უნდა შეითხზას: თავდაპირველად მოხალისეები წამყვანთან ერთად შეთანხმდებიან თუ რომელია პირველი, რომელი მეორე, მესამე, და მეოთხე. შემდეგ ყველა მოხალისე ოთახიდან გადის. რამოდენიმე წამის შემდეგ, როდესაც წამყვანი ხმის ჩამწერს ჩართავს და მოხალისეთა გუნდს მაყურებლის წინაშე წარადგენს, მხოლოდ პირველი შემოდის და იწყებს ისტორიის მოყოლას. მეორე მოხალისეს აქვს უფლება მცირეოდენი ხნის შემდეგ მოულოდნელად შემოვიდეს ოთახში და მხოლოდ ბოლო წინადადების მოსმენისას განაგრძოს ისტორიის მოყოლა (როდესაც მომდევნო მოხალისე შემოვა, მთხრობელს, მხოლოდ ბოლო წინადადების დასრულების უფლება აქვს, რის შემდეგაც ის უნდა შეჩერდეს). როდესაც მეორე მოხალისე განაგრძობს თხრობას, პირველს შეუძლია ოთახიდან გავიდეს. ისტორია გრძელდება ამ პრინციპით მანამ, სანამ რომელიმე მოხალისე არ დაასრულებს მას.

აქტიუობის ტიპი – მთავარი აქტიუობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – კოორდინაციის განვითარება. ნდობისა და გუნდური სულისკეთების ამღლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – ჩასანიშნი, პატარა ქაღალდები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი ერთ მოხალისეს იწვევს, რომელიც წრის ცენტრში დგება. დანარჩენმა მონაწილეებმა თითო ქაღალდი უნდა აიღონ. წამყვანი სთხოვს მათ წარმოიდგინონ, რომ ეს პატარა ქაღალდი ორივე მხრიდან წებოვანია და როდესაც ისინი ამ ქაღალდს ცენტრში მდგარ მოხალისეს სხეულის რომელიმე ნაწილზე მიადებენ, ქაღალდი ადგილიდან აღარ უნდა დაიძრას (ის ხომ წებოვანია?!). რამოდენიმე მონაწილე უშუალოდ ცენტრში მდგარ მოხალისეს მიადებს სხეულზე ქაღალდს, ხოლო მათ ვინც მას ვერ წვდება, შეუძლიათ ახლომდებარე მონაწილეს მიადონ ქაღალდი – ამგვარად მთელი გუნდი ერთმანეთთან დაკავშირებული აღმოჩნდება. როდესაც მონაწილეებს შორის „კავშირი“ შედგება, წამყვანი ცენტრში მდგარ მოხალისეს უბრძანებს ძალიან ნელ ტემპში დაიწყოს მოძრაობა. დანარჩენები მას მიყვებიან, მათ აუცილებლად უნდა დაიცვან სავარჯიშოს მთავარი ინსტრუქცია – სხეულზე მიდებული ქაღალდი ადგილიდან არ უნდა დაიძრას, ის ხომ წებოვანია?! წრის ცენტრში მდგარი მონაწილე დროთა განმავლობაში ართულებს მოძრაობებს, ხოლო წამყვანი მას კონტროლს უწევს. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის მსვლელობისას განიხილება თუ რამდენად საინტერესო და საპასუხისმგებლო იყო ლიდერად ყოფნა და ურთიერთთანამშრომლობა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxanna Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის, ყურადღების კონცენტრაციისა და სხარტი აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი მათ უხსნის, რომ ამ სავარჯიშოს განმავლობაში ისინი რამოდენიმე პერსონაჟის იერსახეს შექმნიან. იერსახის შექმნაში მონაწილეობს სამი ადამიანი – ის რომელსაც წამყვანი მიუთითებს არის ცენტრალური ფიგურა, ზოლო მის გვერდზე მდგარი ცენტრალური ფიგურის თანაშემწეების, მისი დამატებითი კომპონენტების როლში არიან. აუცილებელია, რომ როგორც „ცენტრალურმა ფიგურამ“, ასევე თანაშემწეებმაც, ანუ „დამატებითმა კომპონენტებმაც“ სწრაფი რეაგირება მოახდინონ წამყვანის მიერ დასახელებული ფიგურის შექმნაზე. სანამ სავარჯიშო დაიწყება წამყვანი მონაწილეებს უხსნის თუ რა ფორმები უნდა განასახიერონ ცენტრალურმა ფიგურამ და მისმა თანაშემწეებმა: სპილო – ცენტრალური ფიგურა ხელებით ხორთუმს განასახიერებს, თანაშემწეები კი ისევ ხელებით, სპილოს ყურების ფორმირებას ახდენენ. ჟირაფი – ცენტრალურმა ფიგურამ მაქსიმალურად უნდა დააგრძელოს ყელი, ზოლო თანაშემწეებმა კი, თითებით ცენტრალური ფიგურის თავზე ძალიან მცირე ყურების განსახიერება უნდა მოახდინონ. კამიკაძე – ცენტრალური ფიგურა მფრინავის სათვალეებიან თავს, ზოლო თანაშემწეები ხელებით თვითმფრინავის უზარმაზარ ფრთებს განასახიერებენ. ჯეიმს ბონდი – ცენტრალური ფიგურა ჯეიმს ბონდის ჩაფიქრებულ სახეს, ზოლო თანაშემწეები მის თანმხლებ, ულამაზეს ქალბატონებს განასახიერებენ. ჟელე – ცენტრალური ფიგურა სხეულით მთრთოლვარე ჟელეს, ზოლო მის გარშემო მდგარი ორი მონაწილე ხელებით თეფშებს განასახიერებენ იმისათვის, რომ ჟელე არ გაიბნას იატაკზე. პალმა – ცენტრალური ფიგურა პალმის ხის ღერძსა და ხელებით ქარით ათამაშებულ ტოტებს, ზოლო მის გვერდზე მდგარი ორი მონა-

წილე კი დამატებით ტოტებს განასახიერებენ. ბუდა – ცენტრალური ფიგურა ბუდას ქანდაკებისათვის დამახასიათებელ პოზას, ხოლო მის გვერდზე მდგარი მონაწილეები კი მის უკან იკავებენ პოზიციებს და ბუდას დამატებით ოთხ ხელს განასახიერებენ. აუცილებელია, რომ წამყვანი სწრაფი და მონაწილეთათვის მოულოდნელი იყოს. როდესაც რომელიმე წრეში მდგარი შეცდომას დაუშვებს ის წამყვანი ხდება. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ მონაწილეები სისხარტისა და ყურადღების კონცენტრაციის მაქსიმალურ დონეს არ მიაღწევენ.

№40

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის უნარის განვითარება. კოორდინაციის, სხარტი აზროვნებისა და ყურადღების კონცენტრაციის განვითარება. გუნდური სულისკეთების გაძლიერება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 15-20.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – განსხვავებული სოციალური როლებისათვის შესაბამისი თეატრალური აქსესუარები: კაპიტანის ქუდი, ჩიბუხი, მეკობრეს შავი თვალწასაკრავი, დროშები – გემის და მეკობრეების და ა.შ.

სავარჯიშოს აღწერა – ამ სავარჯიშოს ჩასატარებლად სასურველია, რომ წამყვანი წინასწარ მოემზადოს – შესაბამისი გრიმი გაიკეთოს, გამოეწყოს თეატრალურ კოსტიუმში და აქსესუარებით „შეიარაღდეს“ – მაგრამ, მოქმედება ასევე აქსესუარებისა და გრიმის გარეშეც შესაძლებელია შედგეს. წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ სურს საინტერესო მოგზაურობაში წასვლა, ის იმოგზაურებს შავ, თეთრ, ცისფერ, მწვანე, იასამნისფერკობლებიან ზღვებში და ამიტომ აუცილებელია, რომ ასეთი საპასუხისმგებლო მოგზაურობისათვის შეკრიბოს ძალიან კარგი გუნდი. წამყვანი ამბობს, რომ მან გადაწყვიტა შეამოწმოს, თუ რამდენად სწრაფად და ხარისხიანად შეუძლიათ მის მომავალ ქვეშევრდომებს გაცემული განკარგულებების შესრულება. ის განუცხადებს მათ, რომ სწორედ ამ შეფასებიდან

გამომდინარე აპირებს თავისი გემბანისათვის შესაფერისი გუნდის წევრების შერჩევას. შემდეგ წამყვანი უხსნის მონაწილეებს, რომ განკარგულებები, რომელსაც ის გასცემს მათი შესაბამისი მოძრაობების განხორციელებით უნდა შესრულდნენ. განკარგულებები კი შემდეგი სახისაა:

1. სწორდი! – ამ განკარგულებისას მონაწილეები სწორ მწკრივში უნდა დადგნენ ერთი მეორეს უკან.
2. ხელფასი! – მონაწილეებმა გასამრჯელოს მისაღებად ხელები გვერდზე უნდა გაიშვირონ.
3. რეცხეთ გემბანი! – მონაწილეებმა გულმოდგინედ უნდა დაიწყოთ გემბანის რეცხვის განსახიერება.
4. მარცხენა ფლანგი! – მონაწილეები მარცხენა ფლანგისაკენ უნდა გაიქცნენ სწრაფად.
5. მარჯვენა ფლანგი! – შესაბამისად მონაწილეები მარჯვენა მხარეს მირიბიან.
6. ქარიშხალი! – მონაწილეები ისეთ მოძრაობებს ასრულებენ, როგორც მოსალოდნელი იქნებოდა ძლიერი ქარიშხლის დროს.
7. ადამიანი წყალში! – მონაწილეები წყალში მყოფი ადამიანის გადარჩენის იმიტირებას ახდენენ – მისიკენ მიცურავენ და წყლიდან გემბანზე ამოყავთ.
8. პატრული! – ყოველი მონაწილე წარმოსახულ ჭოგრიტში გარშემო მყოფი სივრცის ყურადღებიან დაკვირვებას იწყებს, ისინი კაპიტანს არსებული ვითარების შესახებ ღროდადრო ანგარიშს აბარებენ.

მნიშვნელოვანია, რომ კაპიტანმა განსხვავებული ტიპის განკარგულებებიც მოიფიქროს და ამისათვის სხვა მონაწილეებიც წააქეზოს, ვინაიდან კაპიტანის როლში მოგვიანებით შესაძლებელია რომ ასევე მონაწილეებიც აღმოჩნდნენ. გუნდის ის წევრები რომლებიც ვერ შეასრულებენ განკარგულებებს, მეკობრეებად იქცევიან. ისინი თავიანთ კაპიტანს ირჩევენ და სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე მათი გუნდის გავარჯიშება მიმდინარეობს. მეკობრე კაპიტანმა უნდა მოიფიქროს ისეთი ტიპის განკარგულებები, რაც მონაწილეებს დაეხმარებათ მათი სისწრაფის განვითარებაში და შესაბამისად ჩამოყალიბდება პირველი გუნდის ღირსეული კონკურენტი.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების, სისხარტისა და ყურადღების კონცენტრირების განვითარება. აღიარების ინიცირება და მიმღებლობის გაძლიერება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი მათ უხსნის, რომ არსებობს ამქვეყნად ერთი ვინმე ბესო, რომელიც მატყუარა არის და ამიტომ ყველაფერს საკუთარი ნათქვამის საპირისპიროდ ასრულებს. შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს ეკითხება, იქნებ მათ შორის ვინმე ამსგავსებს თავს მატყუარა ბესოს? თუკი ეს ასეა და ვინმე გამოიძებნება, წამყვანი მას სთხოვს მოკლედ მოუყვეს დანარჩენ მონაწილეებს თუ რაში გამოიხატება მისი ეს თვისება. მოხალისეს მოკლე ისტორიის მოსმენის შემდეგ წამყვანმა ბესოს „როლი უნდა შეასრულოს“, დანარჩენმა მონაწილეებმა კი ბესოს მოძრაობების იმიტაცია უნდა მოახდინონ. წამყვანის შემდეგ ბესოს როლს მოხალისე ასრულებს. მთავარია, რომ არც ერთი მონაწილე არ წამოეგოს ბესოს „პროვოკაციებს“ და არა ის მოძრაობა შეასრულოს რომელზედაც ბესო საუბრობს, არამედ მხოლოდ ის, რომელსაც ის სინამდვილეში ასრულებს. ბესომ შესაძლებელია მორიგი ტიპის ხრიკები გაათამაშოს; მაგალითად ის იძახის – ბესო თავს იფხანს! – და ამ დროს სინამდვილეში ხტუნვა დაიწყოს. ის მონაწილე რომელსაც შემთხვევით შეეშლება და თავის ფხანას დაიწყებს გავარდება თამაშიდან. სავარჯიშოს დასასრულს, წამყვანი ითხოვს, რომ საუკეთესო მატყუარები აპლოდისმენტებით დაჯილდოვდნენ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Brian Cope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სტრატეგიული აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი გუნდს ორ ქვეჯგუფად ანაწილებს.

თითოეულს თავისი ლიდერი ყავს, რომელსაც მონაწილეები წამყვანის დახმარებით ირჩევენ. შემდეგ წამყვანი მათ უხსნის, რომ ამ სავარჯიშოში ცნობილი ზღაპრის, „წითელქუდას“ პერსონაჟები ფიგურირებენ. ორ ქვეჯგუფს შორის შემდეგი სახის შეჯიბრი გაიმართება: წამყვანი მონაწილეებს აჩვენებს, რომ თითოეულ პერსონაჟს გამომეტყველება და ფიგურა გააჩნია, მაგალითად, ბებია შეშინებისა და შეძრწუნების გადმოცემის მიზნით ხელებს ღაწვებზე აიფარებს და თავს იქნევს; წითელქუდა უდარდელობის გამომხატველ რაიმე მელოდიას მღერის; მონადირეს ღიღი თოფი უჭირავს, რომელსაც მგელს უმიზნებს; ხოლო მგელი კი ბებიასა და წითელქუდას შეშინების მიზნით კბილებს კრიჭავს და იღრინება. სავარჯიშოს პრინციპი შემდეგი სახის არის – ქვეჯგუფები ძალიან ხმადაბლა, ერთმანეთს უთანხმდებიან თუ რომელი ფიგურა უნდა განასახიერონ; თუკი ერთი გუნდი ბებიას განასახიერებს, ხოლო მეორე მგელს, წაგებული იქნება ის, ვინც ბებია განასახიერა. თუკი ერთი მგელს განასახიერებს და მეორე მონადირეს, მოგებულია ის, ვინც მონადირე განასახიერა. იმ შემთხვევაში როდესაც ორივე ჯგუფი ერთი და იგივე ფიგურას შეასრულებს არც ერთი არ არის წაგებული. თუკი რომელიმე ბებია განასახიერა, ხოლო მეორემ წითელქუდა, სავარჯიშო დასრულებულია.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxanna Pope-ისა და Dec Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და სხარტი აზროვნების უნარების განვითარება. გუნდური სულისკვეთების გაძლიერება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი მათ სთხოვს, რომ 4-5 ადამიანისაგან შემდგარ ქვეჯგუფებად გადანაწილდნენ. მონაწილეები ითვლიან 1, 2, 3, ან 4 და აქედან გამომდინარე ყალიბდება პირველი, მეორე, მესამე და მეოთხე ქვეჯგუფი. მას შემდეგ რაც მონაწილეები გადანაწილდებიან, წამყვანი მათ უხსნის, რომ როდესაც ის რაიმე საგნის, ცხოველის, ხილის, ან ბოსტნეულის დასახელებას წარმოთქვამს, თითოეულმა ქვეჯგუფმა ყოველგვარი წინასწარი და მიმდინარე მოლაპარაკების გარეშე დასახელებული საგნის ფორმა უნდა შექმნას. ფორმის შექმნა დამატების პრინციპით ხორციელდება: თავდაპირველად რომელიმე მონაწილე დასახელებული საგნის რაიმე ნაწილის ფორმასა და გამომეტყველებას იღებს. შემდეგ მას მეორე, ან ერთდროულად მესამე მონაწილეც ემატება. ისინი პირველად წარმოდგენილი ნაწილის გამოსახულების გაგრძელებას, შევსებას ახდენენ, ხოლო მეოთხე მონაწილემ თავისი წვლილით საგნის გამოსახულება უნდა დაავსოს. ქვეჯგუფები ერთდროულად ახდენენ საგნების ფორმირებას. მათ შორის შემოქმედებითი შეჯიბრი მიმდინარეობს. სავარჯიშოს დასრულების შემდგომ, წამყვანი გამარჯვებულ ქვეჯგუფს გამოავლენს.

№44

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეთა გაცნობა როგორც წამყვანთან, ასევე ერთმანეთთან.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი ამბობს, რომ მეცადინეობის/მუშაობის დაწყებამდე, ბუნებრივია მან ყველა მონაწილეს სახელი უნდა გაიგოს (შეძლებისდაგვარად დაიმახსოვროს) და ასევე მონაწილეებმაც უნდა გაიცნონ წამყვანი. თითოეული მონაწილე შემდეგნაირად უნდა წარდგეს გუნდის წინაშე: ის ხმამაღლა ამბობს სახელს, შემდეგ წრეს მოივლის ორჯერ და თითოეულ მონაწილეს თვალებში ჩახედავს. სავარჯიშოს იწყებს წამყვანი და შემდეგ ყოველი მონაწილე იმეორებს მის მოქმედებას.

№45

აქტივობის ტიპი – გამახურებელი და გამამხნევებელი.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეთა გაცნობა როგორც წამყვანთან, ასევე ერთმანეთთან და გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი ამბობს, რომ თითოეული ჩვენთაგანისათვის დამახასიათებელია რაიმე ჩვეული მოძრაობა, რომელსაც ხშირად ვასრულებთ. ის ორიოდ წუთს აძლევს გუნდის წევრებს, რომ ეს მოძრაობები გაიხსენონ. ასევე შესაძლებელია, რომ მონაწილეების ამჟამინდელი განწყობა თითოეულმა

მათგანმა რაიმე მოძრაობის შესრულებით გამოხატოს. წამყვანი ისევ ორიოდ წუთს აძლევს მონაწილეებს დასაფიქრებლად. როდესაც რომელიმე მონაწილე გამოთქვამს სურვილს (ან შესაძლებელია აქტიუობა თვით წამყვანმაც დაიწყოს) ის ერთი ნაბიჯით წინ გამოდის, ხმამაღლა წარმოთქვამს თავის სახელს და ასრულებს მისი განწყობის გამომხატველ, ან მისთვის ჩვეულ მოძრაობას. შემდეგ მთელი გუნდი, ერთდროულად გადადგამს ნაბიჯს წინ, წარმოთქვამს მონაწილეს სახელს და მის მიერ შესრულებულ მოძრაობასაც იმეორებს. სავარჯიშოს გვერდით მდგარი მონაწილე აგრძელებს. ამჯერად ის გადადგამს ერთ ნაბიჯს წინ, წარმოთქვამს ხმამაღლა თავის სახელს და ასრულებს მისთვის შესაფერის მოძრაობას. როდესაც გუნდის წევრები ერთდროულად გადადგამენ ნაბიჯს წინ ცენტრისაკენ, ისინი ჯერ პირველი მონაწილეს სახელსა და მის მიერ შესრულებულ მოძრაობას იმეორებენ და მხოლოდ შემდეგ მეორე მონაწილეს სახელს და მის მოძრაობას. სავარჯიშო ამ პრინციპით გრძელდება მანამ, სანამ წრეში მდგარი ყველა მონაწილე არ წარმოთქვამს საკუთარ სახელს და არ შეასრულებს მისთვის შესაფერის მოძრაობას. აუცილებელია, რომ დასასრულს მოძრაობათა ტემპმა მოიმატოს და სავარჯიშო ძალიან დინამიურად მიმდინარეობდეს.

№46

აქტიუობის ტიპი – გამახურებელი.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრაციისა და სწრაფი რეაგირების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დაწყვილდნენ.

მონაწილეები ერთმანეთის პირისპირ მდგარ წყვილებად წრეში არიან განლაგებულნი, ან ისე, როგორც ეს არის შესაძლებელი სივრცობრივი პირობებიდან გამომდინარე. თითოეულ მონაწილეს ხელისგულები მუხლებზე აქვს დალაგებული. წამყვანი მათ უხსნის, რომ

თითოეული მათგანი უნდა ცდილობდეს თავის მეტოქეს მუხლზე მიარტყას ხელი. ამის შესაძლებლობა მონაწილეებს ძალიან მოკლე დროის მონაკვეთში ეძლევათ. პირველი ეტაპის დასრულების შემდეგ, როდესაც წამყვანი გადაწყვეტს, მონაწილეებმა მხოლოდ ერთი ხელით უნდა დაფარონ თავისი მუხლი და მეორე ხელით პარტნიორის მუხლს შეეხონ.

№49

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრაციისა და მგრძნობელობის ამაღლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

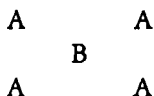
დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – სკოტჩი.

სავარჯიშოს აღწერა – სანამ აქტივობა დაიწყებოდეს წამყვანი იატაკზე სკოტჩით ხუთ წერტილს მონიშნავს შემდეგნაირად:



სავარჯიშოს შესრულებისათვის წამყვანი ხუთ მოხალისეს იწვევს. მონაწილეები იატაკზე მონიშნულ წერტილებზე უნდა განლაგდნენ. A წერტილებზე განლაგებული მონაწილეები ერთმანეთს ადგილებს უცვლიან, ხოლო B წერტილზე მყოფი მონაწილე ცდილობს, რომ რომელიმე A წერტილზე განლაგებული პიროვნების ადგილი დაიკავოს. თუკი B მოახერხებს რომელიმე A-ს წერტილის დაკავებას, A ვალდებულია B-ს ადგილი დაიკავოს და იბრძოლოს ისევ A წერტილის დაკავებისათვის. მას შემდეგ რაც მონაწილეები სავარჯიშოს პირველ ვარიანტს კარგად გაართმევენ თავს, წამყვანი მათ სთავაზობს გაართულონ ამოცანა. ამჯერად A წერტილზე ორი ხელგადაჯახებული მონაწილე დგას, რომელთაც ევალებათ ერთად

იმოდრაონ. შესაძლებელია ხელის გადაჯაჭვის ნაცვლად, წამყვანმა მონაწილეების მარჯვენა და მარცხენა მუხლები შეუკრას. კიდევ ერთი ვარიაცია არის მოტყუება: თვალების კონტაქტისას ორი მონაწილე ერთმანეთს უთანხმდება ადგილის გაცვლაზე და ბოლო მომენტში რომელიმე მათგანი აღარ დაიძვრება ადგილიდან. კიდევ ერთი ვარიაცია არის ნელი მოძრაობა – ფილმის შენელებული კადრის მსგავსად – და ბოლო ვარიაცია – მაშინ როდესაც A მონაწილეები ადგილის გაცვლის შემდეგ მიიღწევენ სასურველ წერტილამდე, საწყის პოზიციას უბრუნდებიან ისე თითქოს მათ მაგნიტი იზიდავდეთ.

№50

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ნილბების სავარჯიშოებისათვის მომზადება. ნილბის სატარებლად მონაწილეებმა სხვა შეგრძნებებიც უნდა განაწილონ, ვინაიდან ნილაბში მათი მხედველობა შეზღუდული იქნება. დისტანციის კინესთეტური შეგრძნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – რაიმე საგანი და თავსაფარი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მოხალისეს იწვევს, რომელსაც რაიმე საგანს აძლევს ხელში. შემდეგ წამყვანი მოხალისეს სთხოვს ადგილიდან დაძვრის გარეშე შეარჩიოს ის ადგილმდებარეობა, სადაც ამ საგანს დადებს მოგვიანებით. როდესაც მოხალისე შეარჩევს სათანადო ადგილს, წამყვანი მას სთხოვს მივიდეს იქ და დადოს ეს საგანი, შემდეგ კი ისევ დაუბრუნდეს საწყის პოზიციას. ამ დავალების შესრულების შემდეგ წამყვანი მოხალისეს სთხოვს კარგად დააკვირდეს იმ დისტანციას, რომელიც მას აშორებს საგნისაგან და თავსაფრით თვალებს აუხვევს მას. თვალახვეულმა მონაწილემ შემდეგი ამოცანა უნდა შეასრულოს: როდესაც იგი ამისათვის მზად იქნება, უნდა გაიაროს ოთახში ამ საგნის მიმართულებით, შეეცადოს შეძლებისდაგვარად ზუსტად მიუახლოვდეს და ხელში აიღოს ეს საგანი. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყველა მსურველი არ გამოცდის თავს.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ისა და Riska Wygergangs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სიარულის მანერაში არსებული დაძაბულობების გაცნობიერება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი მოხალისეს იწვევს. შემდეგ ის ითხოვს, რომ მოხალისემ გაიაროს მისთვის დამახასიათებელი, ჩვეული სიარულის მანერით. დანარჩენი მონაწილეები კი ყურადღებით აკვირდებიან წრეზე მოსიარულეს. წამყვანი ითხოვს, რომ მონაწილეები მოხალისეს სიარულის მანერის ელემენტებს დაუკვირდნენ: რა არის განსაკუთრებული? რაში გამოიხატება მოხალისეს სიარულის მანერის განუმეორებლობა? მას შემდეგ როდესაც თითოეული მონაწილე რაიმეს აღმოაჩენს, წამყვანი ითხოვს, რომ პირველად რომელიმე ერთი მონაწილე დაედევნოს მოხალისეს და მისი სიარულის მანერის რომელიმე ერთი დეტალი მცირედი გადაჭარბებით განასახიეროს. შემდეგ წრეზე მათ მეორე მონაწილე უნდა შეუერთდეს, რომელიც რაიმე სხვა დეტალს ასევე გადაჭარბებულად განასახიერებს. შემდეგ მესამე, მეოთხე და მეხუთე მონაწილეებიც სიარულის მანერის სხვა დეტალებს განასახიერებენ, ისევ გადაჭარბებულად. მეხუთე მონაწილეს შემდეგ სავარჯიშო შემდეგნაირად ვითარდება: ამჯერად წამყვანი დანარჩენ მონაწილეებს სთხოვს, რომ კიდევ უფრო მეტი გადაჭარბებით ის დეტალები განასახიერონ, რომელიც პირველმა ხუთმა მონაწილემ აღმოაჩინა მოხალისეს სიარულის მანერაში. აქტივობა არ წყდება მანამ, სანამ წამყვანი ინსტრუქციას არ გასცემდეს, მოხალისე და პირველი ხუთი მონაწილე შეუჩერებლივ დადიან წრეზე. შემდეგ წამყვანი ითხოვს, რომ მოხალისე გამოვიდეს წრიდან და შეხედოს თავისი სიარულის მანერას „გარე დამკვირვებლის თვალით“. თუკი ეს სანახაობა მისთვის ტრავმატული იქნება, წამყვანი მას სთავაზობს, რომ სავარჯიშო კიდევ ერთხელ შესრულდეს და ამჯერად მოხალისეს სიარულის მანერის დეტალები მონაწილეთა მიერ განსახიერებული უნდა იყოს ყოველგვარი გადაჭარბების გარეშე.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ნიღბებთან მუშაობისათვის მომზადება. გუნდური სულისკეთების ამალგება. ოთახში პარტნიორების განლაგების მიმართ მგრძნობელობის ამალგება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ აქტივობის მსვლელობისას ოთახში სრული სიჩუმე უნდა იყოს. აუცილებელია თითოეულმა მონაწილემ შეიგრძნოს, რომ გუნდი მოქმედებს როგორც ერთი მთლიანი, ლიდერის გარეშე. არც ერთმა მონაწილემ არ უნდა დაარღვიოს ტემპი, ტემპიც ერთი მთლიანია. მონაწილეებმა ოთახში სიარული უნდა დაიწყონ ძალიან ნელი ტემპით. ისინი ერთმანეთთან თვალებით ურთიერთობენ. წამყვანი გასცემს ინსტრუქციას, რომ თითოეულმა მონაწილემ უნდა მოახდინოს კონცენტრაცია და შეეცადოს შეიგრძნოს გუნდის ყოველი წევრის მოძრაობა და ასევე მათი განლაგება ოთახში. წამყვანი გასცემს ინსტრუქციას, რომ მონაწილეებმა უნდა მოუმატონ სიარულის ტემპს მანამ, სანამ მთელი გუნდი ერთ ტემპში სირბილს არ დაიწყებდეს. ეს უნდა მოხდეს არა პირდაპირ წამყვანის ბრძანების შემდეგ, არამედ სპონტანურად, ჯგუფის გადაწყვეტილებიდან გამომდინარე. მოძრაობის ტემპის მატება ხდება ლიდერის გარეშე. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე მონაწილეებმა უნდა შეანელონ მოძრაობის ტემპი და შემდეგ ისევ ყოველგვარი მითითების გარეშე, როგორც ერთი მთლიანი, ერთდროულად უნდა შეჩერდნენ.

აქტიულობის ტიპი – მთავარი აქტიუობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ნიღბებთან მუშაობისათვის მომზადება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – ამ სავარჯიშოს განმავლობაში წამყვანი რიგ-რიგობით თითოეულ მონაწილესთან მუშაობს. თავდაპირველად ის მთელ გუნდს უხსნის თუ რაოდენ დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ნიღბის ტარებისას იმას, რომ აუდიტორია ყოველთვის ხედავდეს ნიღაბს. წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს, ყველამ რიგ-რიგობით გაიაროს აუდიტორიის წინაშე ისე, რომ მათი სახე მაყურებლისაკენ იყოს მიმართული. მონაწილემ უნდა გაიაროს ერთი მიმართულებით, შემდეგ შეცვალოს მიმართულება და დაუბრუნდეს თავის საწყის ადგილმდებარეობას. მომღევნო ეტაპზე წამყვანი ამოცანას ართულებს: ის უხსნის მონაწილეებს, რომ მაშინ, როდესაც ის ტაშს დაუკრავს, მონაწილემ მიმართულება უნდა შეცვალოს, ხოლო მისი სახე უცვლელად უნდა იყოს მიმართული მაყურებლისაკენ. შემდეგ წამყვანი სთხოვს მონაწილეებს გაიღიმონ და ეს ღიმილი სახეზე ფიქსირებულად შეინარჩუნონ. ამჯერად მონაწილეები ამ ფიქსირებული ღიმილით მაყურებლისადმი შეტრიალებული სახით დადიან. შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს, რომ არა მარტო ღიმილით, არამედ მთელი მათი სხეულით გამოხატავდნენ ამ განწყობას: თითოეული მონაწილე მთელი სხეულით უნდა „იღიმოდეს“. მონაწილეები ასეთი სახით დადიან წარმოსახულ სცენაზე და მათი სახეები ისევ მაყურებლისაკენ არიან მიმართული. მას შემდეგ რაც ამ ამოცანას წარმატებით გაართმევენ თავს, მონაწილეებმა ასეთივე მეთოდით დანარჩენი ემოციებიც უნდა გამოხატონ: გაბრაზების, დამწუხრების, გაკვირების და ა.შ. სავარჯიშოს მსვლელობისას წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ამა თუ იმ ემოციის გამოხატვისას მათ მიერ განხორციელებული სხეულებრივი ცვლილებებიც შეაფასონ, მოიფიქრონ შეიცვლებოდა თუ არა მათი ხმა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ნიღბებთან მუშაობისათვის მომზადება. საპირისპირო ემოციაში გარდასახვის უნარის გაუმჯობესება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წინა სავარჯიშოს მსგავსად, ინსტრუქციის გაცემის შემდეგ, წამყვანი თითოეულ მონაწილესთან ინდივიდუალურად მუშაობს. ის უხსნის მონაწილეებს, რომ ამჯერად მათ განსახიერებელი ემოციის საპირისპირო ემოციაზე უნდა იმუშაონ. სახეზე ფიქსირებული ღიმილის მქონე მონაწილე, რომლის სხეულიც ბედნიერებას გამოხატავს, წარმოსახულ სცენაზე მაყურებლისადმი მიმართული სახით უნდა გაიაროს. როდესაც ის „შუაგზაზე“ იქნება, წამყვანმა უნდა გამოსცეს ისეთი ხმა, თითქოსდა მონაწილე რაიმე საზიზღრობაში ჩააბიჯა. სახეზე ღიმილფიქსირებული მონაწილე ემოციის ცვლილებას მხოლოდ სხეულით გამოხატავს. მისი სხეული უნდა გამოხატავდეს იმას, რასაც ის ამჟამად ფიქრობს და გრძნობს. შემდეგ ის ტოვებს სცენას ამ ემოციის გამოხატულებით. ამ შემთხვევაში ყველაზე მნიშვნელოვანია, რომ მონაწილე არ კარგავდეს ვიზუალურ კონტაქტს მაყურებელთან, მისი ყურადღება არ უნდა იყოს გადატანილი იმაზე რაშიც ის არის „ჩაფლული“, მთავარია შენარჩუნებული იყოს ემოციური კავშირი აუდიტორიასთან. სავარჯიშო გრძელდება განსხვავებული ემოციის გამოხატვით: მონაწილე, რომელსაც სახეზე ბრაზის გამოხატულები ემოცია აქვს ფიქსირებული, „გაბრაზებული“ სხეულით იწყებს სიარულს წარმოსახულ სცენაზე. როდესაც წამყვანი წამოიძახებს – „ნახე, შენი საყვარელი ზაზუნა!“ (ან ცხოველი რომელიც მონაწილეს უყვარს) – „გაბრაზებული“ მონაწილე შეჩერდება და ნაკოვნი ცხოველისადმი სხეულით სიყვარულის ემოციის გამოხატულებას განასახიერებს, ზოლო მისი სახე ისევ ბრაზს უნდა გამოხატავდეს. თუკი მონაწილე იპოვა ცხოველი და წამიერად მოწყვეტა თვალი მაყურებელს ეს დასაშვებია. მთავარია მას შემდეგ როდესაც ის დახედავს ცხოველს, მზერა ისევ მაყურებელს მიაპყროს და მასთან ემოციური კავშირი შეინარჩუნოს.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ნიღბებთან მუშაობისათვის მომზადება. ნიღბის ხასიათის მორგება და გაშინავენება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – განსხვავებული ემოციის გამომხატველი ნიღბები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეების წინაშე განსხვავებული ემოციის გამომხატველ ნიღბებს იატაკზე (ან მაგიდაზე) ალაგებს. შემდეგ ის მონაწილეებს ნიღბის ტარების რამოდენიმე წესის შესახებ გაესაუბრება: ნიღბის ტარებისას აუცილებელია, რომ მონაწილეს საზე ყოველთვის მაყურებლისაკენ ქონდეს მომართული; მონაწილემ არ უნდა ისაუბროს, ვინაიდან ნიღაბი არ საუბრობს; მონაწილეები არ უნდა ეხებოდნენ ნიღაბს, ასევე დაუშვებელია ერთმანეთის ნიღაბზე ხელის შეხება; რაც უფრო მეტად შეუძლია მონაწილეს სხეულებრივად, ფიზიკურად ემოციის გადაჭარბებული განსახიერება, მით უკეთესი. წამყვანი სთხოვს პირველ ხუთ მონაწილეს გამოვიდნენ და შეარჩიონ მათთვის სასურველი ემოციის გამომხატველი ნიღაბი. მას შემდეგ რაც მონაწილეები თავიანთ არჩევანს განახორციელებენ წამყვანი თითოეულ მათგანს სთხოვს, რომ დაუკვირდნენ ნიღაბზე გამოსახულ ემოციას და შეეცადონ სხეულით მისი გამძაფრება, გადაჭარბება მოახდინონ. პირველი მონაწილე გამოდის წარმოსახულ სცენაზე, მისი სხეული და სიარულის მანერაც გადაჭარბებულად გამოხატავენ ნიღაბზე გამოხატულ ემოციას, ხოლო ნიღაბი ყოველთვის მაყურებლისაკენ არის მომართული. სცენაზე გამოსულმა მონაწილემ უნდა გადახედოს მაყურებელს და შემდეგ დატოვოს სცენა. ასევე დანარჩენი მონაწილეებიც, სცენაზე გამოსვლისას მათი ნიღბებისათვის დამახასიათებელ ემოციას სხეულითა და სიარულის მანერით გადაჭარბებულად გამოხატავენ, მაყურებელს გადახედავენ და შემდეგ სცენას ტოვებენ. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მსურველი არ მოირგებს ნიღბის ხასიათს.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ცხოვრებისეული უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – განსხვავებული ემოციის გამომხატველი ნიღბები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი ეკითხება მონაწილეებს, თუკი ნიღაბი არ საუბრობს, როგორ შეიძლება ნიღბებს შორის ურთიერთობა შედგეს? შემდეგ ის სთავაზობს მონაწილეებს სამსახურზე მიღების ინტერვიუ გაათამაშონ, რომლის დროს წამყვანი ნიღაბს გარკვეულ კითხვებს დაუსვამს, რაზეც ნიღაბმა შესაძლებლობისა და სხეულის ენის დახმარებით, ანუ პანტომიმით, უნდა უპასუხოს მას. წამყვანი უხსნის მონაწილეებს, რომ მათ უნდა შეარჩიონ ნიღბები და შემდეგ მოემზადონ ინდივიდუალური გასაუბრებისათვის. როდესაც წამყვანი მათ დაუძახებს, ისინი ოთახში უნდა შემოვიდნენ. ოთახის შუაგულში სკამი დგას, ნიღაბს არჩევანი აქვს – მას შეუძლია დაჯდეს, ან ფეხზე დარჩეს. წამყვანი ურჩევს მონაწილეებს, რომ განსაკუთრებით გადააჭარბონ სხეულებრივი გამოხატულება თუკი სკამზე დაჯდებიან. თუკი მონაწილე ფიზიკურ გადაჭარბებას დააკლებს, შესაძლებელია ნიღაბზე გამოხატული ემოცია დაიკარგოს. წამყვანი ასევე ურჩევს მონაწილეებს, რომ ზედმეტად „ჭკვიანები“ არ იყვნენ, სინამდვილეში ნიღაბი ხომ სულელია. როდესაც სამუშაოზე მიღების ინტერვიუს დაწყებისას შესაძლებელია წამყვანმა მომღვწივო კითხვები გამოიყენოს, ან თავად გამოიგონოს რაიმე.

კითხვები:

რამდენი წლის ხართ?

გყავთ თუ არა სახლში ცხოველი?

რომელი ცხოველი გყავთ, გყარვენთ თუ შეიძლება?

რა არის თქვენი პროფესია?

გაქვთ თუ არა რაიმე კარგი/ცუდი თვისებები?

დაოჯახებული ბრძანდებით?

როგორ გამოიყურება თქვენი მეუღლე?

გყავთ თუ არა შვილები?

შეგიძლიათ თუ არა კომპიუტერზე ბეჭდვა? თუ შეგიძლიათ, მაშინ გვაჩვენეთ როგორ ბეჭდავთ?

თქვენ აქ რომელ თანამდებობაზე სამუშაოდ მოგვაკითხეთ, მდივნის, თუ დამლაგებლის?

ასევე შესაძლებელია წამყვანმა ნილბს უთხრას, რომ ის სტყუის. ხოლო თუკი ნილბი მოწყენილ ემოციას გამოხატავს, რომ აუდიტორიაში არის ადამიანი, რომელსაც ის უყვარს. წამყვანს შეუძლია ამხილოს ნილბი და უთხრას, რომ ის საქმის ყურშია ნილბის მიერ ჩადენილი ქურდობის შესახებ, ან რომ დღეს ნილბის დაბადების დღეა. წამყვანს აინტერესებს ნილბმა ბევრი საჩუქარი მიიღო თუ არა? და ა.შ.

№57

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ცხოვრებისეული უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – განსხვავებული ემოციის გამოხატველი ნილბები.

სავარჯიშოს აღწერა – აქტივობის დაწყებამდე, წამყვანი მონაწილეებს წყვილებად ანაწილებს. შესაძლებელია რომ ეს სავარჯიშო წინამდებარე სავარჯიშოს შემდეგ შესრულდეს, ან ჩატარდეს დამოუკიდებლად. წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ ამჯერად სამუშაოზე მიღების ინტერვიუს ერთდროულად ორი ნილბი გადის. წყვილი ოთახში შემოდის მაშინ, როდესაც წამყვანი მათ მოიწვევს. შესაძლებელია წამყვანმა შემდეგი კითხვები გამოიყენოს:

თქვენ ერთმანეთს იცნობთ?

ვინ არის უფროსი თქვენს შორის?

ვინ არის უფრო ჭკვიანი?

ვინ არის უფრო ძლიერი?

ვინ არის უფრო მიმზიდველი გარეგნობის?

რომელს აცვია საუკეთესო ტანისამოსი?

გსურთ თუ არა ერთად იმუშაოთ?

ერთმანეთს შეეწყობით?

წამყვანს შეუძლია კითხვები იმპროვიზირებულად გამოიგონოს ნიღბების რეაქციებიდან და ახსნა განმარტებებიდან გამომდინარე. ასევე წამყვანი შეახსენებს მათ, რომ დაუშვებელია ნიღბები ერთმანეთს შეეხოთ, ან ჩხუბი დაიწყონ. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მსურველი მონაწილე არ გაივლის სამუშაოზე მიღების ინტერვიუს.

№58

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ემოციის ექსპრესიის, იმპროვიზაციისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – განსხვავებული ემოციის გამომხატველი ნიღბები. თეატრალური აქსესუარები: ხელჩანთა, ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე და ა.შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი იატაკზე თეატრალურ აქსესუარებს მიმოაბნევს ქაოტურად. შემდეგ ის მონაწილეებს ეუბნება, რომ ასე გამოიყურება მათი ახლობლების სახლი ომის დროს მომხდარი ჭურვის აფეთქების შემდეგ. ერთ-ერთმა მონაწილემ რაიმე ემოციის გამომხატველი ნიღაბი უნდა შეარჩიოს და შემდეგ სცენაზე შემოვიდეს. მონაწილე ნიღბის ემოციის შესაბამისი სხეულებრივი გამოხატულებითა და სიარულის მანერით შემოდის, ათვალიერებს და პოულობს მისი ახლობლების ნივთებს. შემდეგ ის იღებს ხელში ამა თუ იმ ნივთს და ჟესტებითა და სხეულის ენით (პანტომიმით) საკუთარ გრძნობებს გამოხატავს. ამასთანავე, ის ყოველთვის უნდა ინარჩუნებდეს ვიზუალურ კავშირს მაყურებელთან და მისი ყურადღება მოპოვებულ ნივთზე არ უნდა იყოს გადატანილი. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მსურველი არ გაათამაშებს სცენას.

№59

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ემოციის ექსპრესიის, არავერბალური კომუნიკაციის, იმპროვიზაციისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – განსხვავებული ემოციის გამომხატველი ნიღბები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს წვეილებად ანაწილებს. ის უხსნის მათ, რომ თითოეულმა წვეილმა, მათთვის სასურველი ემოციის გამომხატველი ნიღბის შერჩევის შემდეგ უნდა გაითამაშოს პაემანი უცნობთან ("Blind Date"). თითოეულმა წვეილმა, მათი ნიღბების ემოციიდან გამომდინარე იმპროვიზირება უნდა მოახდინოს. გათამაშების განმავლობაში წამყვანი საჭიროებისამებრ ყოველთვის ახსენებს მონაწილეებს ნიღბის ტარების წესებს.

№60

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციის, წარმოსახვისა და მარტივი დადგმის განხორციელების უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ოთხი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები: ხელჩანთა, ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე და ა. შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ოთხი კაცისაგან შემდგარ ქვეჯგუფებად ანაწილებს. შემდეგ ის უხსნის მათ, რომ თითოეულმა ქვეჯგუფმა უნდა აირჩიოს რეჟისორი, რომლის ხელმძღვანელობითაც ჯგუფი თეატრალური აქსესუარების გამოყენებით მარტივ თეატრალურ დადგმას განახორციელებს. მუშაობის დას-

რულების შემდეგ რეჟისორები თავიანთ ნამუშევრებს დასახელებას მიანიჭებენ და თითოეული ქვეჯგუფი მაყურებლის წინაშე წარდგება. დადგმის განხორციელების აუცილებელი პირობა არის ის, რომ მონაწილეები მხოლოდ პანტომიმით უნდა გადმოსცემდნენ შინაარსს.

№61

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – საეარჯიშოს მსვლელობისას მონაწილეები განსხვავებული ხასიათის მქონე პერსონაჟებს ქმნიან. სხეულის პლასტიურობის განვითარება.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

საეარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ინსტრუქციებს საეარჯიშოს მსვლელობისას აძლევს. თავდაპირველად ის მათ სთხოვს, რომ ოთახში თავისუფლად დაიწყონ გადაადგილება. თითოეული მონაწილე მოძრაობს თავისუფალი სიარულის მანერით, მათ შეუძლიათ ოთახის ნებისმიერ კუთხეში გაიარონ და შეავსონ მთელი სივრცე. შემდეგ წამყვანი ეუბნება, რომ თავდაპირველად მათ ინდივიდუალურად უნდა იმუშაონ. ის გასცემს შემდეგი სახის ინსტრუქციას: „სიარულისას, ნელ-ნელა თქვენ აღმოაჩენთ, რომ სხეულის უმთავრეს ნაწილად იქცევა თქვენი ნიკაპი. თქვენი ნიკაპი არის ის, რაც მართავს თქვენს სხეულს. შეეცადეთ მოერგოთ ამ ცვლილებას, შესაძლოა რომ შეიცვალოს თქვენი სახე, თქვენი სხეულის მოძრაულობა, თქვენი სიარულის რიტმი. ეხლა კი შეგიძლიათ დაუკვირდეთ თქვენს ხმას. შეცვალეთ თქვენი ხმის ჟღერადობა თქვენი სხეულის ახალ გამომეტყველებასთან შესაბამისად. აუცილებელია, რომ თქვენს ხმას რაიმე საზრისი მიენიჭოს. ასევე შესაძლებელია, რომ ზოგიერთი თქვენთაგანი შინაგანად მეტყველებდეს და მხოლოდ მოძრაობდეს თავისი პერსონაჟის ხასიათის შესაბამისად. ეხლა კი შეეცადეთ წამოჯდეთ ისე, როგორც ამას გააკეთებდა თქვენი პერსონაჟი.“ გარკვეული დროის განმავლობაში წამყვანი ცდილობს, რომ მონა-

წილებმა გაიშინაგნონ თავიანთი პერსონაჟის ხასიათი. შემდეგ კი ინსტრუქცია ამგვარად ვითარდება: „ეხლა კი თითოეული თქვენგანი თავის წყვილს პოულობს. მიესალმეთ ერთმანეთს. თქვენ შეგიძლიათ ისაუბროთ სხვა მონაწილეების შესახებ. ვინ არიან ისინი? ვინ მოგწონო, ვინ არა? ვისი გეშინიათ?“ წამყვანი გარკვეულ დროს აძლევს მონაწილეებს. როდესაც მონაწილეთა შორის ურთიერთობა საკმარისად განვითარდება, წამყვანი შემდეგი სახის ინსტრუქციას გასცემს: „ეხლა კი თქვენ ისევ მარტონი ხართ და ერთმანეთისაგან დამოუკიდებლად მოძრაობთ. ნელ-ნელა თქვენი ნიკაპი ნაკლებად მნიშვნელოვანი და დომინანტური ხდება, ის უკვე თითქმის შეუმჩნეველია. ეხლა კი გიბრუნდებათ თქვენი სხეულის ჩვეული მდგომარეობა. დაიფერთხეთ და ისევ ჩვეული სიარულის მანერით გაიარეთ.“ შემდეგ წამყვანი მთელს პროცესს იმეორებს ამჯერად გულმკერდის, თეძოების, მუცლისა და უკანალის დომინირებით.

№62

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – არავერბალური კომუნიკაციის, იმპროვიზაციისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი მათ ორ ქვეჯგუფად ანაწილებს და უხსნის თუ რას ნიშნავს ჯაბერ-საუბარი: „ნაწარმოებში “Through the Looking-Glass and What Alice Found There” ლიუის ქეროლის მიერ არის დაწერილი აბსურდული პოეზიის ამსახველი პოემა „ჯაბერუოქი“. ზოგადად მიჩნეულია, რომ ეს არის საუკეთესო ინგლისური აბსურდული პოემა. მრავალ სკოლებში ამ პოემას იყენებენ რათა სტუდენტებს ჰიბრიდი სიტყვების შექმნისა და გამოყენების უნარი განუვითარონ. ჯაბერ-საუბარი გულისხმობს გამოგონილ ენაზე მეტყველებას, რომელიც შესაძლებელია ნებისმიერი არ არსებული, გამოგონილი სიტყვებისაგან შედგებოდეს. ამ

შემთხვევაში საუბრის შინაარსის გაგებისათვის უფრო მეტი მნიშვნელობა ენიჭება ჟესტიკულაციას, სახის გამომეტყველებას – მიმიკას და ასევე ხმის ინტონაციასაც. თითოეულ მონაწილეს შეუძლია საკუთარი ჯაბერ ენა გამოიგონოს.“ შემდეგ წამყვანი ჯაბერ საუბრის დემონსტრირებას ახდენს. შესაძლებელია მან ყველაზე შემოქმედებით მონაწილეს მიმართოს ჯაბერ ენაზე, ხოლო ამ უკანასკნელმა კი მას თავის ჯაბერ-ენაზე უპასუხოს. როდესაც მონაწილეები გავარჯიშების შემდეგ ჯაბერ ენაზე საუბრისათვის მზად იქნებიან, წამყვანი ორ ქვეჯგუფს შემდეგნაირად განალაგებს: ერთი ქვეჯგუფი ქმნის წრეს, რომელიც მეორე ქვეჯგუფის მიერ შექმნილი წრის შიგნით განლაგდება. შიდა წრეში მყოფი მონაწილეები გარე წრის მონაწილეებისადმი სახით დგანან, ამგვარად ყალიბდება წყვილები. წყვილებმა ერთმანეთთან უნდა ისაუბრონ ჯაბერ ენაზე. წამყვანი თითოეულ წყვილს გარკვეულ სიტუაციას დაუსახელებს, რომლის თანახმად მონაწილეებმა ჯაბერ ენაზე უნდა ისაუბრონ. მაგალითად:

A სუბიექტი შეყვარებულია B-ში, ხოლო B ძალიან მორცხვია.

A სუბიექტს სურს გაიგოს საავადმყოფოსაკენ მიმავალი გზა. B ზანტად უხსნის მიმართულებას და საკმაოდ ხშირად უშვებს შეცდომებს.

A გაბრაზებულია B-ზე, ხოლო B გრძნობს რომ დამნაშავეა და მწუხარებას გამოხატავს.

წამყვანს შეუძლია განსხვავებული სახის სიტუაციები მოიფიქროს მანამ, სანამ წრეში მდგარი ყოველი წყვილი არ მიიღებს მონაწილეობას აქტივობაში.

№63

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – არავერბალური კომუნიკაციის, იმპროვიზაციისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან. წამყვანი მათ ინსტრუქციას აძლევს: „როდესაც ერთი მონაწილე ჯაბერ ენაზე ისაუბრებს, მეწყვილე უნდა შეეცადოს მისი საუბარი თარგმნოს. ამ შემთხვევაში მნიშვნელოვანია, რომ მონაწილეები საუბრის განვითარებისათვის ერთმანეთს ხელს უწყობდნენ. თარჯიმანმა ჯაბერ ენაზე მოსაუბრეს მიერ განხორციელებული არავერბალური კომუნიკაციის ნიშნებიც უნდა გაითვალისწინოს. თავის მხრივ ჯაბერ ენაზე მოსაუბრემ თარჯიმნის ინტერპრეტაცია უნდა მიიღოს და სწორედ ამ შინაარსთან შესაბამისად განაგრძოს საუბარი. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყველა მსურველი არ მიიღებს მონაწილებას აქტივობაში.

№64

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – არავერბალური კომუნიკაციის, იმპროვიზაციისა და წარმოსახვის უნარების განვითარება. კონფლიქტის მართვის საფუძვლების გაცნობიერება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში სამი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სამი სკამი. თეატრალური აქსესუარები: ხელჩანთა, ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე და ა. შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი წარმოსახულ სცენაზე სამ სკამს დადგამს. შემდეგ ის უხსნის მონაწილეებს, რომ მათ მიერ იქნება გათამაშებული უწყვეტი იმპროვიზირებული თეატრალური დადგმა, რომელიც კონფლიქტურ ვითარებას შეიცავს. ის სთხოვს მონაწილეებს გაიხსენონ ის პერსონაჟები, რომელნიც იყვნენ შექმნილი მათ მიერ ერთ-ერთი წინამდებარე სავარჯიშოს განმავლობაში, როდესაც წამყვანის მიერ დასახელებული სხეულის ნაწილი დომინანტურ მნიშვნელობას იძენდა. შემდეგ ის სთხოვს მათ აირჩიონ თუ რომელ პერსონაჟს გაათამაშებენ. როდესაც მონაწილეები არჩევენ მოახდენენ, წამყვანი უხსნის მათ, რომ თითოეული მათგანი მათი პერსო-

ნაწიასათვის დამახასიათებლად გამოდის წარმოსახულ სცენაზე და ჯდება სკამზე (მონაწილეებმა უნდა წარმოიდგინონ, რომ ეს არის პარკის გრძელი სკამი). თითოეული პერსონაჟი რაიმე საქმიანობით არის დაკავებული, რომელსაც თავისი ხასიათის შესაბამისად ასრულებს. შესაძლებელია ეს იყოს ნებისმიერი სახის აქტივობა: ერთი ქსოვს, მეორე მტრედებს საკენკს უყრის, მესამე ლანჩს მიირთმევს და ა.შ. აუცილებელია რომ მონაწილეები არ წყვეტდნენ თავიანთ საქმიანობას – ის მათი პერსონაჟის ხასიათის აუცილებელი ნაწილი და ატრიბუტია. ამ დროს წამყვანი შესაძლებელია შემდეგი სახის ინსტრუქციას გასცემდეს: „დაუკვირდით და ჩაუღრმავდით თქვენს საქმიანობას. ვინ არის და რას საქმიანობს სხვა პერსონაჟი? რა მნიშვნელობის მქონეა თქვენთვის იგი? არ არის აუცილებელი კონფლიქტის შექმნა ძალით. ის თავისთავად უნდა წარმოიქმნას.“ მონაწილეები ინტერაქციისათვის თავიანთ საქმიანობას იყენებენ. თუკი მათ გასაუბრების სურვილი გაუჩნდებათ, შეუძლიათ ჯაბერენაზე ისაუბრონ. მას შემდეგ რაც კონფლიქტი შედგება ერთ-ერთი მოკონფლიქტე პერსონაჟი ტოვებს სცენას და მის ადგილს იკავებს რომელიმე სხვა. ამ პრინციპით დადგმა უწყვეტ ხასიათს იძენს. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყველა მსურველი არ მიიღებს მონაწილეობას თეატრალურ დადგმაში. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ, წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს და განიხილავს რამდენად კონცენტრირებულად ასრულებდნენ პერსონაჟები თავიანთ საქმიანობას? რამდენად ინტენსიურად იყენებდნენ ისინი ამ საქმიანობას სხვა პერსონაჟებთან ინტერაქციისათვის? რამ განაპირობა კონფლიქტი? შესაძლებელი იყო თუ არა მისი მართვა მომხდარიყო?

№65

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Kirsten Prop-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ხუთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები და რეკვიზიტი: ხელჩანთა,

ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე, სკამები, ფარდა და ა.შ. საფოსტო ბარათები, ფოტოები და ნახატები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ხუთი ადამიანისაგან შემდგარ ქვეჯგუფებად ანაწილებს. ის სთხოვს მათ, რომ აირჩიონ რეჟისორი, რომელიც თეატრალური დადგმის ხელმძღვანელი იქნება. შემდეგ წამყვანი წარმოსახულ სცენაზე თეატრალური აქსესუარებისაგან გარკვეული სახის ვითარების ამსახველ სურათს ქმნის. ის სთხოვს მონაწილეებს დააკვირდნენ ამ სურათს და ეკითხება თუ რა აზრი უჩნდებათ მათ პირველი შეხედვისას. წამყვანი შემდეგი სახის კითხვებს უსვამს მონაწილეებს: „ვინ არიან ამ ნივთების მფლობელები? რას საქმიანობენ ისინი? რომელ ქვეყანაში ცხოვრობენ? რომელი წელია? რისთვის არიან აქ, ამ ადგილას?“ შემდეგ ის მონაწილეებს ფოტოებს, ნახატებსა და საფოსტო ბარათებს აჩვენებს. ისინი ყურადღებით აკვირდებიან და წამყვანს პირველივე შთაბეჭდილებას უზიარებენ. წამყვანი ისევ იგივე კითხვებს უსვამს მონაწილეებს. ამ კითხვებს შემდეგი სახის დანიშნულება აქვთ:

ვინ არიან ამ ნივთების მფლობელები? – ეს შეკითხვა როლისა და ხასიათის განსაზღვრას უწყობს ხელს, რასაც კოსტიუმი და გრიმი განაპირობებს.

რას საქმიანობენ ისინი? – ეს შეკითხვა ისტორიის სიუჟეტის შექმნის საწინდარია, რასაც აქტივობა განსაზღვრავს.

რომელ ქვეყანაში ცხოვრობენ? – იმ სივრცისა და ადგილმდებარეობის განსაზღვრა, სადაც ისტორია ვითარდება. ეს განისაზღვრება დეკორაციით.

რომელი წელია? – იმ ეპოქისა და დროის განსაზღვრა, როდესაც ეს ისტორია მოხდა.

რისთვის არიან აქ, ამ ადგილას? – ეს შეკითხვა აქტივობის მოტივაციისა და ისტორიის მიზნის გამოვლენას განაპირობებს.

შემდეგ თითოეულმა ქვეჯგუფმა საკუთარი დადგმა უნდა განახორციელოს. რეჟისორი თავისი „დასის“ წევრებს სცენას სთავაზობს და ხელმძღვანელობს დადგმის პროცესს – დასის წევრებთან ერთობლივად იგი ისტორიის დასაწყისს, განვითარებასა და დასასრულს ქმნის. თითოეულ მონაწილეს შეუძლია თავისი „ფიზიკური პერსონაჟი“ გამოიყენოს, ხოლო პერსონაჟები ჯაბერ ენაზე უნდა მეტყველებდნენ. როდესაც ყველანი დაასრულებენ მუშაობას, თითოეული ქვეჯგუფი მაყურებლის წინაშე თავისი დადგმის დემონსტრირებას მოახდენს.

აქტიულობის ტიპი – მთავარი აქტიუობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – კომპაქტ დისკი მშვიდი მუსიკის ჩანაწერით, კომპაქტ დისკის საკრავი.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი მშვიდ მუსიკას ჩართავს. ის მონაწილეებს სთხოვს, რომ თვალები დახუჭონ და მისი ინსტრუქციის შესაბამისად იმოქმედონ. შემდეგ წამყვანი იწყებს საუბარს: „ეხლა არის ზამთარი და ძალიან ცივა. თქვენ პატარა მარცვალი ხართ და მიწაში ჩაფლულს ღრმად გძინავთ. ჯერ კიდევ ადრეა ზრდის დასაწყისისათვის, ამიტომ თქვენ მშვიდად და თბილად გძინავთ. მიწა თოვლით არის დაფარული და ამიტომ არ გცივათ, მაგრამ თქვენ იცით, რომ ასე დიდი ხანი არ გაგრძელდება.“ წამყვანი წინადადებებს შორის პაუზებს აკეთებს და მონაწილეებს დროს აძლევს წარმოსახვისა და შეგრძნებების განვითარებისათვის. „და აი... დადგა გაზაფხული. თოვლი დნება და მზით გამთბარი წყალი დედამიწაში იღვრება. თქვენ გელვძებთ გამდნარი წყლის შეხებისაგან. ნელ-ნელა გრძნობთ, რომ მარცვლიდან პატარა ღერო ამოდის. პატარა ღერო ჯერ კიდევ სუსტია, მაგრამ ის მიწის ზედაპირს არღვევს და აი... ის პირველად ხედავს მზეს!!! თქვენ პირველად დაინახეთ მზე, ის გილიმით და გათბობთ. თქვენ ეს გსიამოვნებთ.“ რამოდენიმე წუთის განმავლობაში წამყვანი ისევ აკეთებს პაუზას და მონაწილეებს დროს აძლევს შეგრძნებების განვითარებისათვის. „ღერო მზისაკენ მიიწევს და ნელ-ნელა კვირტს გამოიბამს. პატარა კვირტი ნელ-ნელა იშლება. ეხლა კი გაახილეთ თვალები და შეხედეთ ერთმანეთს. რამდენი ლამაზი ყვავილი არის ჩვენს ოთახში და როგორ მოსწონს ისინი მზეს, ხედავთ? აჩვენეთ ერთმანეთს თქვენი ყვავილები. რა ფერის არიან ისინი?“ სავარჯიშოს დასრულებისას წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს. დისკუსიის მსვლელობისას მონაწილეები ერთმანეთს თავიანთ შეგრძნებებს უზიარებენ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრირების განვითარება, გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები: ფაჩურები, საძინებელი პერანგი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთავაზობს გართობას.

ის უხსნის მათ, რომ სავარჯიშოს მსვლელობისას თავად ბებიას როლში იქნება, ხოლო დანარჩენებმა მისი ფაჩურების მოპარვა უნდა სცადონ. საძილე პერანგში გამოწყობილი ბებია მონაწილეებისაქენ ზურგით დგას, ხოლო ფაჩურები მის ზურგს უკან აწყვეია. სანამ ის მონაწილეებს ვერ ხედავს მათ თავისუფლად შეუძლიათ გადაადგილება. როგორც კი „ბებია“ მოტრიალდება ყოველი მონაწილე ადგილზე უნდა გაიყინოს. თუკი ბებია რომელიმეს მოძრაობაში დაინახავს, მას უფლება აქვს უბრძანოს ამ მონაწილეს საწყის წერტილს დაუბრუნდეს. შემდეგ წამყვანი მსურველებს სთავაზობს „ბებიას“ როლის გათამაშებას.

№68

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის, Riska Wygergangs-ისა და Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციისა და სამსახიობო უნარების განვითარება, გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში სამი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები: დედოფლისა და მეფის შარავანდედი, მოსასხამი, მასხარას და მრჩეველის თავსაბურავები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი სამ მოხალისეს იწვევს. ის სთხოვს

მონაწილეებს წარმოიდგინონ, რომ ისინი სამეფო კარზე იმყოფებიან. ერთ-ერთი მათგანი მონარქია (დედოფალი ან მეფე), მეორე – მასხარა, ხოლო მესამე – მრჩეველია. წამყვანი მონაწილეებს შესაბამის თეატრალურ აქსესუარებს ურიგებს და შემდეგი სახის ინსტრუქციას აძლევს: „ამ სამეფო კარზე ძალიან ბრაზიანი და მკაცრი მონარქი მეფობს. ის ყოველთვის რაიმე საბაბს პოულობს თავისი ქვეშევრდომების განკიცხვისა და დაცინვისათვის. ამის გამო ქვეშევრდომებს არ უყვართ თავიანთი მონარქი. ხოლო მაშინ როდესაც მონარქი რომელიმე მათგანს ზურგს შეაქცევს, ისინი არ კარგავენ შესაძლებლობას და ყველანაირად დასცინიან მას ზურგს უკან. როდესაც მონარქი რომელიმე ერთ ქვეშევრდომს განკიცხავს, ის მეორეს მიმართ ზურგით არის შეტრიალებული, ხოლო ამ უკანასკნელს შესაძლებლობა ეძლევა გული მოიოხოს და დასცინოს მონარქს მისი წაბაძვითა და გამასხარავებით. მაგრამ, ის ფრთხილად უნდა იყოს – მონარქს შეუძლია ნებისმიერ დროს შემობრუნდეს, გამოიჭიროს თავისი ქვეშევრდომი და სასტიკად დასაჯოს იგი.“ წამყვანი მონაწილეებს აღროვებს – აუცილებელია, რომ მონარქმა თავის ქვეშევრდომებისადმი მიმართული განკიცხვის ტექსტი განავითაროს. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ როლების შესრულების მსურველები იქნებიან.

№69

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის, Riska Wygergangs-ისა და Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ემპათიის (თანაგრძნობის), იმპროვიზაციისა და შემოქმედებითობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ხუთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები: ხელჩანთა, ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე და ა. შ. ხუთი სკამი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი შემდეგი განლაგებით განათავსებს ხუთ სკამს: პირველი სკამი ავტობუსის მძღოლის ადგილს, ხოლო პირველი

სკამის უკან წყვილებად განლაგებული სკამები მგზავრების ადგილებს წარმოადგენენ. შემდეგ წამყვანი ხუთ მოხალისეს გამოიწვევს. ერთ-ერთმა მათგანმა ავტობუსის მძღოლის, ზოლო დანარჩენებმა კი ოთხი მგზავრის როლები უნდა გაითამაშონ. აქტივობა შემდეგი თანმიმდევრობით ვითარდება: მძღოლი წარმოსახულ ავტობუსში ადის. ის გარკვეულ განწყობაზეა, რომელსაც გამოხატავს პანტომიმით. ყველა მისი ქმედება ამ განწყობით არის გაჯერებული. მძღოლი ქოქავს მანქანას და მგზავრობას იწყებს. რამოდენიმე წამის შემდეგ ავტობუსი ჩერდება. გაჩერებაზე ამოდის მგზავრი, რომელიც მძღოლისაგან განსხვავებულ განწყობაზეა და მისი ქმედებებიც ამ განწყობით არის გაჯერებული. რამოდენიმე წამის განმავლობაში ისინი მგზავრობენ, მგზავრი მძღოლთან ინტერაქციაში შედის (ისინი მხოლოდ არავერბალურად ურთიერთობენ). ნელ-ნელა მძღოლს მგზავრის განწყობა „გადაედება“. შემდეგ ავტობუსში მეორე მგზავრი ამოდის, რომელიც სრულიად განსხვავებულ განწყობაზეა. რამოდენიმე წამში დანარჩენებიც მის განწყობას იძენენ. ასე გრძელდება მანამ, სანამ ავტობუსი ოთხივე მგზავრით არ გაივსება. როდესაც წამყვანი ჩათვლის, რომ მონაწილეებმა განწყობის გამოხატვის კულმინაციას მიაღწიეს, ის მგზავრებს სთხოვს რომ თანმიმდევრულად ავტობუსიდან ჩამოსავლა დაიწყონ. როდესაც ავტობუსს მეოთხე მგზავრი დატოვებს, რამოდენიმე წამში მესამე მგზავრის განწყობა აღმოცენდება. მგზავრები ნელ-ნელა ჩადიან ავტობუსიდან და შესაბამისად დარჩენილი მგზავრების განწყობაც იცვლება. ბოლოს რჩება მხოლოდ მძღოლი, რომელიც თავის თავდაპირველ განწყობას უბრუნდება. შემდეგ ავტოსადგომში აჩერებს ავტობუსს და სახლში მიდის, ის თავის განწყობას ბოლომდე ინარჩუნებს. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მსურველი ხუთეული არ გაათამაშებს სცენას.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის, Riska Wygergangs-ისა და Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის, ყურადღების კონცენტრაციისა და სისხარტის განვითარება. გუნდური სულისკვეთების ამაღლება. გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – კომპაქტ დისკი აქტიური და მხიარული მუსიკის ჩანაწერით, კომპაქტ დისკის საკრავი, გაზეთები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მოხალისეს გამოიწვევს, შემდეგ კი იატაკზე გაზეთებისაგან ორ პატარა კუნძულს ქმნის. ის მონაწილეებსაც ორ ქვეჯგუფად ანაწილებს და უხსნის, რომ ისინი ამ წარმოსახვითი კუნძულების ბინადრები არიან. როდესაც მხიარული მუსიკა ჟღერს, კუნძულის ბინადრებს შეუძლიათ კუნძულების გარშემო წრეზე ცეკვა-ცეკვით იარონ. მაგრამ როდესაც მუსიკა წყდება, ზღვიდან ამოდის საშიში ურჩხული, რომელსაც მოხალისე განასახიერებს. ურჩხული ზღვაში ჩაითრევს იმ ბინადარს, რომელიც ამ დროს კუნძულზე არ იქნება ასული. მას შემდეგ რაც მუსიკა პირველად შეწყდება, წამყვანი ორივე კუნძულს თითო გაზეთს აცლის. კუნძულების მოცულობა კლებულობს, ამიტომ ამჯერად, როდესაც მუსიკა შეწყდება მონაწილეებს მოუწევთ კუნძულებზე უფრო მჭიდროდ განლაგდნენ და იზრუნონ, რომ არც ერთი არ აღმოჩნდეს ურჩხულის კლანჭებში. შემდეგ ისევ ჟღერს მხიარული მუსიკა და აბორიგენები მხიარულად ცეკვავენ კუნძულების ირგვლივ. წამყვანი უეცრად წყვეტს მუსიკას და ურჩხულიც ისევ ამოყვინთავს ზღვიდან. ბინადრები მჭიდროდ დგანან კუნძულებზე. სანამ თამაში გაგრძელდება, წამყვანი კუნძულებს თითო გაზეთს აცლის ისევ. კიდევ უფრო მეტად კლებულობს კუნძულების მოცულობა და იზრდება მხარდაჭერა ბინადრებს შორის. თამაში გრძელდება მანამ, სანამ იატაკზე არც ერთი გაზეთი აღარ დარჩება.

№71

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის, Riska Wygergangs-ისა და Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – დაკვირვებულობის, მიხედვრილობისა და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – სათამაშო კვერცხი.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან ან სხედან. წამყვანი მათ უხსნის, რომ კვერცხი რომელიც მას ხელში უჭირავს ოქროსია. შემდეგ წამყვანი გუნდიდან მოხალისეს იწვევს, რომელიც ოთახიდან უნდა გავიდეს. ოქროს კვერცხი ოთახში დარჩენილი მონაწილეების ერთობლივი გადაწყვეტილებით რომელიმე მათგანს გადაეცემა, ხოლო ამ უკანასკნელმა კვერცხი უნდა შეინახოს. შემდეგ წამყვანი ოთახიდან გასულ მოხალისეს იწვევს და სთხოვს გამოიცნოს თუ რომელ მონაწილეს აქვს გადამალული ოქროს კვერცხი. მოხალისემ განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მიაქციოს მონაწილეების თვალებს, ის უნდა შეეცადოს ამოიცნოს თუ ვინ სტყუის და ვინ არა. მას მხოლოდ სამი ცდის უფლება ენიჭება. სავარჯიშო დასრულდება თუკი მოხალისე ვერ ამოიცნობს ოქროს კვერცხის მფლობელს.

№72

აქტივობის ტიპი – გამამხნევეელი.

წყარო – Brian Cope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და ყურადღების კონცენტრაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში ღებანან. წამყვანი მათ სთხოვს, რომ ცენტრს ზურგი შეაქციონ და მომდევნო ინსტრუქციას გასცემს: ყველამ თვალები უნდა დახუჭოს. მას შემდეგ რაც წამყვანი აქტივობას დაიწყებს, თითოეული მონაწილე ერთმანეთის მიყოლებით იატაკზე ფეხებს აბაკუნებს (გამოდის სულ ორი დარტყმა თითოეული მონაწილეს მიერ). მაშინ როდესაც გვერდზე მდგარი ფეხებით ორ დარტყმას გამოსცემს, მონაწილე უნდა შეეცადოს წყვეტის გარეშე განაგრძოს დარტყმების განხორციელება. დარტყმები გადაეცემა წრეზე მანამ, სანამ წამყვანი არ შეაჩერებს აქტივობას. როდესაც სავარჯიშო დასრულდება წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს და ეკითხება თუ რა შთაბეჭდილება მოახდინა თითოეულ მათგანზე აქტივობის შესრულებისას შექმნილმა ხმოვანებამ? მონაწილეები წამყვანს თავიანთ მოსაზრებებს უზიარებენ: ზოგიერთ შემთხვევაში ეს არის ოთახში სასაცილო კაცუნას მოუსვენარი სირბილის ხმები, ან ორი ბავშვის, რომელთაც ერთმანეთის დაჭერა სურდათ და ა.შ. წამყვანი მონაწილეებს ფანტაზიის განვითარებაში უწყობს ხელს.

№73

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Roxana Pope-ის პროგრამიდან.

მიზნები – არტისტიზმის, იმპროვიზაციის, საკუთარი თავის თვით-პრეზენტაციისა და მოსაზრებების ჩამოყალიბების უნარების განვითარება. გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები: ხელჩანთა, ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე და ა. შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ორ ქვეჯგუფად ანაწილებს. შემდეგ ის მათ უხსნის, რომ ერთი ქვეჯგუფი ცნობილი პიროვნებების, ხოლო მეორე – ჟურნალისტების როლებს განასახიერებენ. წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს მათი როლებისათვის შესაბამისი თეატრალური აქსესუარები შეარჩიონ. მონაწილეებს ეძლევათ დრო იმისათვის, რომ მოიფიქრონ თუ რომელ ცნობილ

პიროვნებას განასახიერებენ, ხოლო ისინი, ვინც ჟურნალისტების როლში არიან – თუ რა სახის კითხვებს დაუსვამენ ცნობილ პიროვნებებს. როდესაც მონაწილეები მზად იქნებიან, წამყვანი მათ წვეილებად ანაწილებს და უხსნის, რომ თითოეულმა წვეილმა უნდა გაათამაშოს ექსკლუზიური ინტერვიუ. როდესაც ერთი წვეილი ინტერვიუს განასახიერებს, დანარჩენები მაყურებლის როლში არიან. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მსურველი არ გაათამაშებს „ექსკლუზიურ ინტერვიუს“.

№74

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის, Riska Wygergangs-ისა და Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – არავერბალური კომუნიკაციის, წარმოსახვისა და მიხედვითობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – ნეიტრალური ნილაბი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მოხალისეს იწვევს და ნეიტრალურ ნილაბს აძლევს მას. შემდეგ ის უხსნის დანარჩენებს, რომ მიუხედავად ნილაბის ნეიტრალური გამოსახულებისა, მოხალისემ ჯგუფის წინაშე გარკვეული მოძრაობებითა და ჟესტებით რაიმე ფერი უნდა ასახოს, ხოლო მაყურებელმა გამოიცნოს ამ ფერის რომელობა. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მსურველი არ გამოცდის თავს ფერების პლასტიური გადმოცემის მხრივ.

№75

აქტივობის ტიპი – გამაზურებელი.

წყარო – Dee Isaacs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – თვითდარწმუნებულობისა და არტისტიზმის განვითარება. გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის გან-

მაელობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.
დინამიკა – საშუალო.
მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.
ხანგრძლივობა – 5-10 წ.
მასალები – არ საჭიროებს.
სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს უხსნის, რომ თითოეულმა მათგანმა უნდა წარმოიდგინოს, თითქოს ძალიან მნიშვნელოვანი და ცნობილი პიროვნება არის. შემდეგ წამყვანი თავად ახდენს იმ ინსტრუქციის დემონსტრირებას, რომელსაც პარალელურად გასცემს: „ეხლა კი ამ წარმოსახულ მიკროფონში (წამყვანი პანტომიმით განასახიერებს თუ როგორ უჭირავს ხელში მიკროფონი) მე მოგესალმებით ისე, როგორც ეს შეპყერის ცნობილ და მნიშვნელოვან პიროვნებას!“ მისალმების შემდეგ წამყვანი „მიკროფონს“ თავის გვერდზე მდგარ მონაწილეს აწვდის, რომელიც თავის მხრივ მთელს ჯგუფს უნდა წარუდგეს როგორც მნიშვნელოვანი და ცნობილი პირი. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი მონაწილე არ წარდგება დანარჩენების წინაშე.

№76

აქტივობის ტიპი – გამამხმევებელი.
წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.
მიზნები – იმპროვიზაციისა და გარდასახვის უნარების განვითარება.
ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.
დინამიკა – მაღალი.
მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.
ხანგრძლივობა – 5-10 წ.
მასალები – არ საჭიროებს.
სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან, ან სხედან. წამყვანი მათ განსხვავებული ტიპის ემოციებზე ესაუბრება და შემდეგ ემოციების ცვლილების სავარჯიშოს სთავაზობს. რომელიმე ერთი მონაწილე გარკვეული განწყობით (ეთქვით ბედნიერი გამომეტყველებით) წრეში მდგარ ნებისმიერ სხვას გადახედავს. ეს უკანასკნელი მისთვის „გადაცემულ“ ემოციას იმეორებს, შემდეგ მის გარდასახვას ახდენს (ეთქვით „გაოცებულ“ გამომეტყველებაში) და მზერით წრეში მდგარ რომელიმე მონაწილეს უგზავნის. ამგვარად ემოცია წრის ფარგლებში

„მოგზაურობს“ და თანაც ტრანსფორმაციას განიცდის. წამყვანი სავარჯიშოს დინამიკას აკვირდება და შესაბამის მომენტში, კულმინაციისას წყვეტს აქტივობას. შემდეგ ის მონაწილეებს მცირე დისკუსიაზე იწვევს, რომლის განმავლობაშიც ემოციის ტრანსფორმაციის მომენტები და ასევე ის ფაქტორებიც განიხილება, რომლებმაც ესა თუ ის ემოცია გამოიწვია.

№77

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის, Riska Wygergangs-ისა და Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციის, ეფექტური კომუნიკაციისა და არტისტიზმის უნარების განვითარება. გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები: ხელჩანთა, ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე და ა.შ.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთავაზობს გაათამაშონ შემდეგი სახის სკეტიჩი: გამყიდველი დახლთან დგას და ელოდება მყიდველის შემოსვლას. როდესაც მყიდველი რაიმე ნივთით მოიხიბლება, გამყიდველი ყოველ ღონეს უნდა ხმარობდეს ამ ნივთის ღირებული თვისებების წარმოჩინებისათვის. მყიდველი ორჭოფობს, რადგან ნივთი საკმაოდ ძვირადღირებულია, ამიტომ გამყიდველმა განსხვავებული ღირებულებებიც უნდა აღმოაჩინოს ამ ნივთში, რომ მყიდველი საბოლოოდ დარწმუნდეს ნივთის ნამდვილ ფასეულობაში. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ სკეტიჩის გათამაშების მსურველი წყვილები იქნებიან. დასასრულს, წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის განმავლობაშიც განიხილება ის ფაქტორები, რომლებმაც მყიდველის თანხმობა ან უარი განაპირობა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Frey Hooft van Huysduywen-ის, Riska Wygergangs-ისა და Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციულობისა და არტისტიზმის განვითარება. გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები: ხელჩანთა, ტანისამოსი, ხელთათმანი, თავსაფარი, სათვალე და ა.შ.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი მოხალისეს იწვევს. შემდეგ კი დანარჩენ მონაწილეებს უხსნის, რომ ეს პიროვნება არის „გაუცინარი ხელმწიფე“, ამასთანავე მოხალისეს მანტიას მოასხამს და თავზე გვირგვინს დაადგამს. წამყვანის ინსტრუქციის მიხედვით ქვეშევრდომებმა ყველანაირი ღონე უნდა იხმარონ, რათა ხელმწიფე გაამხიარულონ. ხელმწიფე წარმოსახული სცენის შუაგულში პომპეზური გამომეტყველებით გამოდის და სამეფო ტახტზე ჯდება. წამყვანი მონაწილეებს ოთხი ან ხუთი ადამიანისაგან შემდგარ ქვეჯგუფებად ანაწილებს და შემდეგ ეხმარება მათ. მონაწილეებმა ერთობლივად უნდა გადაწყვიტონ თუ რა აქტივობა უნდა განახორციელონ, რომ „გაუცინარ ხელმწიფეს“ ღიმილი მოჰყვარონ. როდესაც ქვეჯგუფები მზად იქნებიან წამყვანი ხელმწიფეს წინაშე თითოეულ გუნდს წარადგენს და მათ მიერ მცირე გასართობი წარმოდგენა გათამაშდება. ხელმწიფე თავის მხრივ ყველანაირად ცდილობს, რომ თავი შეიკავოს და არ გაიღიმოს. თუკი ხელმწიფეს სახეზე ღიმილს შეამჩნევენ დადგმის ავტორები გამარჯვებულები არიან. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ხელმწიფეს როლში ყოფნის მსურველები იქნებიან.

აქტივობის ტიპი – გამამხნეველი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდური სულისკვეთების ამაღლება, ასერტიულობისა და ლიდერობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში სამი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სამი ადამიანისაგან შემდგარ ქვეჯგუფებად ანაწილებს და ინსტრუქციას გასცემს: პირველი სამეული ერთმანეთის გვერდიგვერდ დგება და ფიქრობს რაიმე მოძრაობის შესახებ, რომელიც თითოეულის ამჟამინდელ განწყობას გამოხატავს. ისინი არ საუბრობენ. შემდეგ, როდესაც მონაწილეები მზად იქნებიან და წამყვანი მათ ანიშნებს, სამეული ოთახის ერთი კუთხიდან საპირისპირო კუთხის მიმართულებით ერთდროულად უნდა ამოძრავდეს. ამ მსვლელობისას მონაწილეებმა მათი განწყობის გამომხატველი მოძრაობები უნდა შეასრულონ. მას შემდეგ რაც სამეული ოთახის საპირისპირო კუთხეს მიაღწევს, მონაწილეები ჩერდებიან, საპირისპირო მიმართულებით ტრიალდებიან და იწყებენ მსვლელობას საწყისი ადგილმდებარეობისაკენ. მათი ამოცანა არის ყოველგვარი შეთანხმების გარეშე განსხვავებული მოძრაობები ერთიან მოძრაობაში გარდასახონ და საწყის წერტილს ერთი მოძრაობის შესრულებით დაუბრუნდნენ.

№80

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრაციისა და მგრძნობელობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი ორ მოხალისეს იწვევს და დანარჩენ მონაწილეებს წვეილებად ანაწილებს. შემდეგ ის სთხოვს მოხალისეებს დატოვონ ოთახი, ხოლო წვეილებში მდგარ მონაწილეებს, რომ ოთახში დაიკავონ სხვადასხვა ადგილმდებარეობები. დაწვეილებულები ერთმანეთის პირისპირ დგანან და მაღლა ჩაჭიდებული ხელებით თაღებს ქმნიან. წამყვანი მათ სთხოვს მოიფიქრონ რაიმე ფრაზა, სიტყვა, ან თუნდაც ჟღერადობა, რომელიც წვეილებმა უწყვეტლივ უნდა გამოსცენ. როდესაც ყველა წვეილი მზად იქნება, წამყვანი მოხალისეებთან გადის, თვალებს აუხვევს მათ, ან თვალდახუჭულებს შემოიყვანს. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე, მოხალისეებმა ერთმანეთისაგან დამოუკიდებლად მთელი ოთახი თვალდახუჭულად (ან თვალახვეულად) უნდა მოიარონ და „ხმოვან თაღებს“ შორის გაძვრნენ. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ოთახში თვალდახუჭულად გავლის მსურველები იქნებიან.

№81

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შიშის დაძლევა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – თაბახის ფურცლები, კალმები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დაფიქრდნენ და გაიხსენონ თუ რა აშინებს მათ. შემდეგ თითოეულმა მონაწილემ თაბახის ფურცელზე უნდა დაწეროს თავისი შიში. წამყვანი მათ რამოდენიმე წუთს აძლევს და ამჯერად თვალდახუჭულმა მონაწილეებმა თავიანთი შიში მოძრაობაში უნდა ასახონ. როდესაც წამყვანი ჩათვლის, რომ მონაწილეები მზად არიან, ის ითხოვს რომ მათ თვალები გაახილონ და ამჯერად მოძრაობაში განსახიერებელი შიში გაახმოვანონ. მას შემდეგ რაც მონაწილეები კარგად გაითავისებენ

თავიანთი შიშის მოძრაობებსა და ჟღერადობას, ისინი ერთმანეთთან ურთიერთობაში შედიან და ყოველი მათგანი ცდილობს თავისი პარტნიორი შეაშინოს. როდესაც წამყვანი ჩათვლის საჭიროდ ის მონაწილეებს აძლევს ინსტრუქციას, რომ თითოეულმა „გაიძროს შიშის ტყავი“. სავარჯიშოს დასრულების შემდგომ წამყვანი მონაწილეებს ღისკუსიაზე იწვევს და განიხილავს თუ რომელ შიშს განასახიერებდა მათი მოძრაობა და ჟღერადობა. მონაწილეები ერთმანეთს უზიარებენ თუ რამდენად მნიშვნელოვანი იყო თითოეული მათგანისათვის შიშის განსახიერება და სხეულებრივი გამოხატვა.

№82

აქტივობის ტიპი – გამამხნეველი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – თვითჩაღრმავება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 5-10 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ოთახში ქაოტურად დაიწყონ სიარული. შემდეგ მათ უნდა წარმოიდგინონ თუ როგორი სიარულის მანერით დადიოდნენ მაშინ როდესაც იყვნენ ხუთი წლის. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში ისინი ასეთი მანერით დადიან. წამყვანი დროდადრო ინსტრუქციებს გასცემს: „ამჯერად წარმოიდგინეთ, რომ ხართ 25 წლის და წარმატებით დაამთავრეთ მაგისტრატურის კურსი. როგორი სიარულის მანერით გაივლიდით?“ მონაწილეები რამოდენიმე წუთის განმავლობაში ამ სიარულის მანერით დადიან. შემდეგ 50 წლის და ბოლოს მოხუცებულობისას, 70 წლის ასაკისათვის შესაბამისი სიარულის მანერით. როდესაც წამყვანი საჭიროდ ჩათვლის, ის მონაწილეებს შეაჩერებს და ღისკუსიაზე იწვევს. ღისკუსიის განმავლობაში განიხილება სავარჯიშოს მნიშვნელობა და მონაწილეების შეგრძნებები მისი მსვლელობის განმავლობაში.

აქტივობის ტიპი – დამამშვიდებელი.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი *ჩანაწერი თანაბრად* არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – კომპაქტ დისკი მშვიდი მუსიკის *ჩანაწერით*, კომპაქტ დისკის საკრავი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ოთახში მათთვის სასურველი და მოსახერხებელი ადგილები შეარჩიონ და დაიკავონ. თითოეულ მონაწილეს უნდა ქონდეს საკუთარი სივრცე (ხელებგამოშლილი რომ დატრიალდება არავის არ უნდა შეეხოს). შემდეგ წამყვანი მათ უხსნის, რომ წაიკითხავს ინსტრუქციას და მონაწილეებმა შესაბამისი მოძრაობები უნდა განახორციელონ: წარმოიდგინეთ რომ ხართ ვაშლის მარცვალი, რომელიც თავის მაგარ ქერქშია ჩატენილი და ცივ მიწაშია ჩათხრილი. ზამთარია, ახალი გამოღვიძებული ხართ. თქვენს ზემოთ დედამიწა თოვლით არის დაფარული. მიწის ქვეშ კი სრული წყვდიადია. (მცირედი პაუზა) გაზაფხულდა. ნელ-ნელა მიწა თბება და თქვენც კიდევ უფრო მეტად ფხიზლდებით. თოვლი დნება და ირგვლივ მყოფი მიწა წყალს იწოვს, ეს სასიამოვნოა. მიწა უფრო თბილია და თქვენ გრძნობთ, რომ შეგიძლიათ ნიადაგიდან ენერგიის მიღება. მარცვლის ქერქიდან გამოსვლის დრო დადგა. თავს ძლიერად და ენერგიულად გრძნობთ. მთელი თქვენი ძალის გამოყენებით მარცვლის ქერქს აწევით და ამტვრევთ მას, ისევე როგორც ბარტყი იჩეკება კვერცხიდან. თქვენ თქვენი საცეცებით ზევით მიიწევთ. ირგვლივ მყოფი მიწა ნოტიოა და ამ სიცოცხლის მომნიჭებელ სინოტივს ისრუტავთ. არ იცით რა გამოძრავებთ მაგრამ მაღლა ასვლის სურვილი გაქვთ. (მცირე პაუზა) და ბოლოს, ერთი ძლიერი მიწოლით თქვენ დედამიწის ზედაპირზე აღმოჩნდებით და პირველად ხედავთ მზეს! (მცირე პაუზა) მზის ენერგია მოედინება თქვენსკენ და სულ უფრო და უფრო ძლიერად გრძნობთ თავს. სულ ზევით და გარეთ მიიწევთ მანამ, სანამ ჯანმრთელი ვაშლის ხის ნერგად არ გადაიქცევით. გაზაფხულის ნაზი წვიმები კვებავენ და ამაგრებენ თქვენს ტანს და ღეროებს. ეცადეთ დატკბეთ ამ მომენტებით.

(აქ საჭიროა ხანგრძლივი პაუზა) ეხლა რამოდენიმე წლით წინ წავიწიოთ. თქვენ გაიზარდეთ და ჯანმრთელი ახალგაზრდა ვაშლის ხე ხართ. ხე, რომელიც დაახლოებით მოზარდი ადამიანის ზომის არის. ულამაზესი მწვანე ფოთლები გაქვთ, რომლებიც მზის სხივების ენერგიას იწოვენ და ამის გამო თქვენ თავს ძლიერად გრძნობთ. მაგრამ თქვენ გინდათ უფრო მეტად გაიზარდოთ. თქვენ გინდათ, რომ ნამდვილ ხედ იქცეთ. ამიტომ თქვენ მთელ ძალებს იკრებთ და ზევით და სიგანეზე იწევით. რამოდენიმე წლის შემდეგ თქვენ ძლიერ, ულამაზეს ვაშლის ხედ გადაიქცევით. თქვენ ძალიან ამაყად ხართ წამოჭიმული მხეში და თქვენივე სიძლიერითა და სილამაზით ტკბებით. (მცირე პაუზა) შემოდგომაა. ძლიერ ტოტებზე წვნიანი ვაშლები ასხია. ვაშლები მარცვლებითაა დატენილი, რომლებიც ერთ დღეს შესაძლებელია ხეებად გადაიქცენ. ვაშლები საკმაოდ მძიმეა. თქვენი ტოტები საკმაოდ ძლიერია, მაგრამ ვაშლების რაოდენობა საკმაოდ დიდია. თავს დამძიმებულად გრძნობთ. ისეთი შეგრძნება გაქვთ, რომ შესაძლებელია ტოტები ჩამოგატყდეთ. (მცირე პაუზა) აი თქვენსკენ ბავშვები მოიჩქარიან. თქვენ მათ ვერ ესაუბრებით, მაგრამ გეჰმით რომ ისინი ვაშლების მოსაკრეფად მოდიან. მათ კალათები მოაქვთ, თან მღერიან და იცინიან. ბავშვები ვაშლებს კრეფენ და თქვენი ტოტები შემსუბუქებულია. თქვენ იცით, რომ ისინი თან წაიღებენ და შეჭამენ ამ ვაშლებს. იცით, რომ მარცვლებს გადაყრიან და რომელიმე მათგანი შეიძლება როდისმე ვაშლის ხედ გადაიქცეს. (მცირე პაუზა) თითქმის ყველა ვაშლია წაღებული. მაგრამ თქვენ იცით, რომ მომავალი წლისათვის უფრო მეტად გაიზრდებით. თქვენ ბავშვების მადლობელი ხართ. იმედოვნებთ, რომ მათ თქვენი ვაშლები მოეწონებათ. (ხანგრძლივი პაუზა) ეხლა კი ზამთარია. ყველა ფოთოლი დაგცივდათ. თქვენ იცით, რომ მომავალ გაზაფხულს უფრო მეტად გაიზრდებით. ეხლა კი დასვენების დროა და თქვენ ისვენებთ. ტოტები თოვლშია გახვეული.

სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის დროს განიხილება სავარჯიშოს განმავლობაში აღმოცენებული შეგრძნებები. განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება პირველ კითხვას: „რა იგრძენით, როდესაც პირველად გაარღვიეთ ქერქი? ეს სრულყოფილების განცდა იყო? ვინმეს ზომ არ შეშინებია?“

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სამყაროს აღქმის, წარმოსახვისა და შეშეცნების გაჩეუება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – ატლასი, სასურველია ყოველი ქვეყნის რუკა ცალ-ცალკე.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მოხალისეს იწვევს და მონაწილეებს უხსნის, რომ მათ წარმოსახვის დახმარებით სამყარო უნდა შეიძენონ და 30 წუთში განახორციელონ მოგზაურობა სამყაროს ირგვლივ. თითოეულმა მონაწილემ უნდა აირჩიოს მისი საყვარელი კონტინენტი, ან ქვეყანა და განასახიეროს ამ ქვეყანაში მცხოვრები ადამიანები და ქვეყნისათვის დამახასიათებელი ღირსშესანიშნაობანი. აბორიგენებისა და ღირსშესანიშნაობათა განსახიერება პანტომიმით ხდება. შესაძლებელია რამოდენიმე მონაწილე ერთი ქვეყნის განსახიერებისათვის გაერთიანდეს. მონაწილეები ატლასზე ქვეყნების განლაგების შესაბამისად უნდა დაიკავონ ადგილები ოთახში. წამყვანი და მოხალისე სამყაროს ირგვლივ მოგზაურობისათვის ემზადებიან. სასურველია, რომ მას ბორბლებიანი სკამი ჰქონდეს, რომელზეც გაგორება იქნება შესაძლებელი. მოგზაურობისას, ამა თუ იმ ქვეყანაში არსებული ღირსშესანიშნაობების ხილვა აღაფრთოვანებს მოგზაურებს და ისინიც შესაბამის აღტაცების გამომხატველ ბგერებს გამოსცემენ: „ააააააააა“, „უუუუ“ და ა.შ. თუკი მოგზაურები ვერ ხვდებიან რომელ ქვეყანაში არიან მოხვედრილი, „აბორიგენები“ იმპროვიზირებენ და ცდილობენ რაიმე სხვა მოძრაობით მიახვედრონ ისინი. როდესაც მოგზაურები საბოლოოდ ამოიცნობენ თუ რომელი ქვეყანა განასახიერეს „აბორიგენებმა“, წამყვანი მათ ეკითხება რომელია მეზობელი ქვეყანა და პასუხის მიღებისთანავე გაემგზავრება მისი მიმართულებით. ამგვარად მონაწილეებს სამყაროს შესახებ გამთლიანებული შეხედულება უყალიბდებათ, ისინი გეოგრაფიულ ცოდნას იძენენ. როდესაც წამყვანი მოგზაურობას დაასრულებს, ის თავისი „სწრაფმავალი ზომადლით“ სახლში ბრუნდება.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციული, შემოქმედებითი და პრობლემის გადაწყვეტაზე მიმართული აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან, წამყვანი ეკითხება თუ რომელი გამომგონებელი არის მათთვის ცნობილი. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში ჯგუფის წევრები ასახელებენ ცნობილ გამომგონებლებს და განიხილავენ თუ რა გამოიგონეს მათ და რომელმა კულტურულმა გარემომ და კონკრეტულმა ვითარებამ განაპირობა ამა თუ იმ აღმოჩენის წარმოქმნა. წამყვანი დისკუსიას მართავს: „რა არის აღმოჩენა? რატომ აკეთებენ ადამიანები აღმოჩენებს? რატომ იგონებენ რაიმეს? რა იქნებოდა თქვენ რომ ყოფილიყავით გამომგონებელი? შეუძლია ნებისმიერ ადამიანს იყოს გამომგონებელი? რა არის ამისათვის საჭირო?“ შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დაფიქრდნენ თუ რა აღმოჩენის საჭიროება არის პრიორიტეტული მნიშვნელობის მქონე მათი ამჟამინდელი ყოფიერებისათვის. შემდეგ ის მოხალისეს იწვევს. მოხალისე ცდილობს რაიმეს „გამოგონებას“, ნებადართულია რომ მან გამოიყენოს მონაწილეების იდეები, რათა თავისი „გამონაგონი“ შეძლებისდაგვარად სრულყოფილი გახადოს. მონაწილეები აქტიურად არიან ჩართული „გამოგონების“ პროცესში, ისინი ცდილობენ გაიგონ თუ რომელი პრობლემის გადაწყვეტაზე არის მიმართული ეს „გამონაგონი“ და ეხმარებიან მოხალისეს. როდესაც „გამოგონება“ სრულფასოვან სახეს მიიღებს, მოხალისე მის პრეზენტაციას ახდენს.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – პიროვნებათაშორისი ურთიერთობების არსის გააზრება, მეტაფორული აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – კომპაქტ დისკი მშვიდი მუსიკის ჩანაწერით, კომპაქტ დისკის საკრავი.

სავარჯიშოს აღწერა – მეტაფორულად სავარჯიშო პიროვნებისა და საზოგადოების განვითარებას უკავშირდება. წამყვანი უხსნის მონაწილეებს, რომ სავარჯიშოს მსვლელობისას ის მოყვება ისტორიას, ხოლო მონაწილეებმა მისი პლასტიური განსახიერება, ანუ თხრობითი პანტომიმა უნდა მოახდინონ. თავდაპირველად მონაწილეები დამოუკიდებლად ასრულებენ მოძრაობებს, ხოლო სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე პანტომიმა კოლექტიური ხასიათის იქნება. წამყვანი თხრობას იწყებს: „თითოეულმა მონაწილემ თავისი ადგილი უნდა მოძებნოს. დარწმუნდით, რომ ხელგამოწლილი თუ დატრიალდებით ირგვლივ არავის არ შეეხებით. ვიწყებ ჩვენს ისტორიას. ყველანი იატაკზე ჩაცუცქდით და მაქსიმალურად დაპატარავდით. წარმოიდგინეთ, რომ მაგარ, გამჭვირვალე, ბუსმტისებურ ნიჟარაში ხართ, აქედან გამოძვინარე თქვენ ძლივს ინძრევით. ნიჟარა მაგარია, მაგრამ ატყობთ, რომ ნიჟარის კედელზე მიწოლით ღრმულებს ტოვებთ. თქვენ გაქვთ იმდენი ძალა, რომ კედლის ერთი პატარა ნაწილი გაანგრით და ამჯერად როდესაც კედელს ხელს ჩამოაშორებთ ეს ნაწილი თავის ადგილს აღარ დაუბრუნდება. თქვენ ღრმულებს იქამდე აკეთებთ, სანამ ამ პატარა ნახვრეტს კიდევ უფრო მეტად არ გააფართოვებთ. განაგრძეთ ნიჟარის გაფართოვება მანამ, სანამ ის ისეთი ზომის არ იქნება, რომ წელში გამართვა და ფეხზე დადგომა შეგეძლოთ. გახსოვდეთ – თქვენი ნიჟარა სფეროა, ის სივანეშიც ფართეა და გრძელიც არის. როდისმე გინახავთ პლასტიკის რგოლში მორბენალი ზაზუნა? მთელ იატაკზე შეუძლია აგოროს თავისი რგოლი, მაგრამ ამ დროს თავად რგოლის შიგნით მოძრაობს. თქვენც შეგიძლიათ ასევე მოიქცეთ თქვენს სფეროში. მაგრამ თუ

გახსოვთ რამდენად დიდია თქვენი სფერო?! თქვენ კედელს ვერ მიუახლოვდებით და რაიმე დაბრკოლებას ვერ გადალახავთ, რადგან თქვენი სფერო მრგვალია. უფრო მეტიც, თქვენ სხვა ადამიანებს ვერ უახლოვდებით, რადგან სანამ თქვენ შეეხებით, თქვენი და მათი უხილავი სფეროები ერთმანეთს ეჯახება. თუკი ხელს წინ გაიშვერთ, მხოლოდ თქვენი სფეროს შიგთავსის შეხებას შეძლებთ. გამოიკვლიეთ თქვენი სფეროს შიგნეულობა, დაიმძნოვრეთ როგორია ის, რა ზომისაა, როდესაც ამის საჭიროება იქნება, თქვენ თვალდაზუჭულად უნდა შეგეძლოთ თქვენი სფეროს შიგთავსის სურათის წარმოდგენა. ეხლა კი თქვენს მეგობარს ხედავთ, წააგორეთ თქვენი სფერო მისკენ. თითოეულმა თქვენთაგანმა მეწყვილე უნდა შეარჩიოს (თუკი მონაწილეთა რაოდენობა კენტია, წამყვანს შეუძლია საკუთარი ბუშტი გააკეთოს, ან კიდევ რომელიმე წყვილიში ერთად სამი მონაწილე ჩასვას). თქვენი სფეროები ერთმანეთს შეეხონ. გაყავით ხელი და თქვენს მეგობარს ჩამოართვით. ეხლა კი ერთობლივი ძალისხმევით, კედლების გაწევიტ სფეროებს შორის არსებული ხვრელის გადიდებას ცდილობთ. თქვენ შრომობთ მანამ, სანამ სფეროს არ გააერთიანებთ და ერთ დიდ, ორი კაცისათვის საკმარის სივრცედ არ აქცევთ. ეხლა კი შეისწავლეთ თქვენი ახალი სფეროს ფართი. ის უფრო განიერია. ამჯერად თქვენ და თქვენმა მეგობარმა ერთად უნდა გააკონტროლოთ სფეროს მოძრაობა. გაგორდით თქვენი ჯგუფის წევრების რომელიმე წყვილისაკენ. თქვენი სფეროები ერთმანეთს შეეხონ და მათ შორის პატარა ხვრელი გაჩნდა. ხელი გაყავით ამ ხვრელში და მიესალმეთ ერთმანეთს. ნელ-ნელა გააფართოვეთ სფერო მანამ, სანამ ერთიან, ოთხი კაცისათვის საკმარისი ფართის მქონე სივრცეს არ მიიღებთ.“ სავარჯიშო გრძელდება ასეთი პრინციპით და ბოლოს მთელი ჯგუფი ერთიანდება დიდ, უზარმაზარ სფეროში. დასრულების შემდგომ წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის მსვლელობისას განიხილება ისეთი საკითხები როგორიც არის: პირადი სივრცე – რამდენად შეესაბამებოდა სფეროს მეტაფორა პირადი სივრცის კონცეფციას; საზოგადოებასთან ურთიერთობა; საზღვარი პიროვნებათაშორის ურთიერთობებში; მონაწილეთა ასაკიდან გამომდინარე განიხილება თუ რა არის მეტაფორა და ა.შ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და შემოქმედებითობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ხუთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – განსხვავებული სახის კონცეფციების, კატეგორიებისა და იდეების ამსახველი ბარათები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი წინასწარ განსხვავებული კონცეფციების, კატეგორიებისა და იდეების ამსახველ ბარათებს ამზადებს. ესენია: სიყვარული, სიბუღილი, ომი, მშვიდობა, სიცოცხლე, სიკვდილი, ბედისწერა, მეცნიერება, მათემატიკა, ისტორია, პოლიტიკა, რომანი, კერძები, ცივილიზაცია, რელიგია და ა.შ. წამყვანი ხუთ მოხალისეს იწვევს, ხოლო დანარჩენები მაყურებლის როლში არიან. ის ხმამაღლა წაიკითხავს ბარათებზე არსებულ წარწერებს, ხოლო თუკი შინაარსი ვიზუალურად არის გამოსახული, რამოდენიმე ბარათს მონაწილეებს აჩვენებს (არ არის აუცილებელი წამყვანმა ყველა ბარათი წაუკითხოს, ან აჩვენოს მონაწილეებს). პირველმა მოხალისემ დასტიდან მხოლოდ ერთი ბარათი უნდა ამოიღოს და წაიკითხოს, ან დახედოს გამოსახულებას. შემდეგ მან უკან უნდა დააბრუნოს ბარათი და პანტომიმით გამოხატოს მისი შინაარსი, მხოლოდ ერთი ჟესტით, ან მოძრაობით. აუცილებელი პირობა მდგომარეობს იმაში, რომ მაყურებლები კომენტარს არ აკეთებენ, მათ თავი უნდა შეიკავონ ინტერპრეტაციებისაგან. მას შემდეგ რაც პირველი მოხალისე თავის პანტომიმას დაასრულებს, მეორე მოხალისე პანტომიმაში განსახიერებული შინაარსის ინტერპრეტაციიდან გამოდინარე თავისებურ მოძრაობასა და ჟესტს ანხორციელებს (რომელიც მის მიერ აღქმულ შინაარსს უფრო დეტალურად უნდა ასახავდეს), შემდეგ მესამე, მეოთხე და მეხუთე მოხალისეებიც იგივე ამოცანას ასრულებენ. როდესაც პანტომიმის „ჯაჭვი“ დასრულდება მაყურებლები შინაარსის ინტერპრეტაციებს ასახელებენ.

№88

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს წყვილებად ანაწილებს.

ყოველმა მონაწილემ რაიმე ისტორია უნდა მოიფიქროს, რომელსაც იგი თავის მეწყვილეს უამბობს (შესაძლებელია ეს იყოს რაიმე რეალური ამბავი, ან ფილმის სიუჟეტი და ა.შ.) წამყვანი მონაწილეებს რამოდენიმე წუთს აძლევს მოსაფიქრებლად. როდესაც ისინი მზად იქნებიან სავარჯიშო შემდეგნაირად ვითარდება: პირველი ორი მონაწილე წამყვანის მინიშნების შემდეგ ერთდროულად იწყებენ თავიანთი ისტორიების მოყოლას. ორივემ განუწყვეტლივ უნდა უყუროს ერთმანეთს თვალებში, მათ არ უნდა გაეცინოთ და არც უნდა შეჩერდნენ მოყოლისას. ის მონაწილე რომელიც პირველი შეჩერდება წაგებულია. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ყოველი წყვილი არ მოყვება თავის ისტორიას.

№89

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ყურადღების კონცენტრაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მოხალისეს იწვევს, რომელსაც წარმოსახულ სცენაზე ცენტრში დასვამს. ის მას სთხოვს რაიმე ისტორია მოიფიქროს, ან დაფიქრდეს იმ აქტუალურ საკითხზე რომლის

გაზიარებაც სურს მაყურებლისათვის. ამისათვის მოხალისეს რამოდენიმე წუთი ეძლევა. როდესაც ის დაწყებისათვის მზად იქნება, წამყვანი მონაწილეებს შემდეგი სახის ინსტრუქციას აძლევს: „მოხალისე მოყვება თავის ისტორიას, ან ისაუბრებს მისთვის აქტუალურ საკითხთან დაკავშირებით. მაყურებლების ამოცანა მდგომარეობს იმაში, რომ გამუდმებით შეაწყვეტინონ მას და ისეთი კითხვები დაუსვან, რაც თემასთან კავშირში არ არის. ხოლო მოხალისემ თავის მხრივ აუცილებლად უნდა გასცეს პასუხი ამ კითხვებს და შემდეგ სწორედ იმ ადგილიდან განაგრძოს თხრობა, სადაც შეაწყვეტინეს. სავარჯიშო გრძელდება მანამ, სანამ ისტორიის მოყოლის მსურველი იქნება.

№90

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – იმპროვიზაციულობის, შემოქმედებითობისა და ყურადღების კონცენტრაციის უნარების განვითარება. გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული ღრის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს გაითვალონ: პირველი, მეორე. ამ პრინციპით მონაწილეები წყვილებად განაწილდებიან. წამყვანი მათ უხსნის, რომ „პირველები“ „მეორეებს“ კითხვებს უსვამენ – შესაძლებელია ეს იყოს ნებისმიერი შინაარსის კითხვები. მთავარია მონაწილეებმა დაიცვან სწრაფი თანმიმდევრობა, ის ვინც კითხვებს სვამს არ უნდა აყოვნებდეს. „მეორემ“ კი შემდეგი სახის თანმიმდევრობით უნდა უპასუხოს დასმულ კითხვებს: ტყუილი, მართალი, შემდეგ ისევ ტყუილი, მართალი და ა.შ. მოპასუხე არ უნდა ჩქარობდეს, მას არ უნდა ეცინებოდეს და მკაცრად უნდა დაიცვას ტყუილისა და სიმართლის თანმიმდევრობა. თუკი იგი აჩქარდება, ან აერევს ტყუილისა და სიმართლის თანმიმდევრობა, მაშინ აქტივობა დასრულდება და მოპასუხე თამაშიდან გაეარდება.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – ეფექტური კომუნიკაციის უნარის განვითარება. ჯგუფის წევრების გაცნობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან. წამყვანი მათ სთხოვს შემდეგნაირად გაითვალონ: ‘ა’, ‘ბ’ და ასე მთელს წრეზე. ამ პრინციპით მონაწილეები წყვილებად ნაწილდებიან. წამყვანის ინსტრუქციის თანახმად, ‘ა’-მ ‘ბ’-ს შესახებ შეძლებისდაგვარად მეტი ინფორმაცია უნდა მოიპოვოს. ამისათვის ჯგუფის წევრებს რამოდენიმე წუთი ეძლევათ. როდესაც წამყვანი გადაწყვეტს, ‘ბ’ მონაწილეები ერთმანეთს ადგილებს უცვლიან, ხოლო ‘ა’ მონაწილეები თავიანთ ადგილებზე რჩებიან. წამყვანის მორიგი ინსტრუქციის თანახმად „ახალი“ ‘ბ’ პოლიციელია. მას სურს, რომ ‘ა’ დაკითხოს და მის შესახებ საჭირო ინფორმაცია მოიპოვოს. თავის მხრივ ‘ა’ მას წარუდგება მისი პირველი პარტნიორის, „ძველი“ ‘ბ’-ს სახით. რისთვისაც ‘ა’-მ პირველი გასაუბრების ყოველი დეტალი უნდა გაიხსენოს: სახელი, მისამართი, საქმიანობა, ჰობი და ა.შ. თუკი ‘ა’-ს რაიმე დაავიწყდება ნებადართულია, რომ მან რაიმე გამოიგონოს.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის განვითარება, თითოეული მონაწილეს მიმდებლობა და აღიარება გუნდის მიერ. გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან. წამყვანი მათ სთხოვს დააკვირდნენ თავიანთ ხელებს, რისთვისაც შემდეგი სახის ინსტრუქციას იძლევა: „აწიეთ ორივე ხელი და დააკვირდით მათ. ერთი ხელის თითით მეორე ხელის ფორმა შემოხაზეთ. შეარხიეთ თქვენი თითები. გაშალეთ ხელები და შეკარით მუშტები. სახის გამომეტყველების გამოკლებით, ხელები თქვენი სხეულის ყველაზე მგრძნობიარე, გამომხატველი და ექსპრესიული ნაწილია. შეხედეთ რამდენი რაიმეს გაკეთება შეუძლია თქვენს ხელებს! შეეცადეთ, რომ მრავალი განსხვავებული მოძრაობა აღმოაჩინოთ.“ წამყვანი რამოდენიმე წუთს აძლევს მონაწილეებს, რათა მათ განსხვავებული სახის მოძრაობათა შესაძლებლობანი აღმოაჩინონ. შემდეგ წამყვანი აჩვენებს მონაწილეებს თუ როგორ გადაიტყვევას მისი ხელი „ცხოველად“. პირველად ჩვეულებრივ შესაძლებელია ობობას იმიტაციის ჩვენება. წამყვანის ერთი ხელი იქცევა „ობობად“ და მიცოცავს მისი მეორე ხელის მკლავზე. ამ სანახაობის შემხედვარე წამყვანი სახეზე შიშისა და განგაშის გამომეტყველებას გამოხატავს, ისევე როგორც ეს იქნებოდა მის ხელზე ნადმვილად რომ აცოცებულყო ობობა. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე წამყვანი თითოეულ მონაწილეს ეხმარება რათა უკანასკნელმა თავისი ხელის მოძრაობაში რაიმე სახის „ცხოველი“ აღმოაჩინოს. როდესაც მონაწილეები მზად იქნებიან, თითოეული მათგანი მაყურებლის წინაშე თავისი „ცხოველის“ დემონისტრირებას მოახდენს. შექმნილი პერსონაჟის დემონსტრირების შემდეგ მაყურებლებმა მისი იმიტირება უნდა მოახდინონ, რაც აუცილებელია მიმღებლობისა და გუნდის წევრების მიერ თითოეული მონაწილეს პიროვნების აღიარებისათვის. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ, წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის განმავლობაშიც განიხილება თითოეული პერსონაჟი ცხოველის ხასიათი და განსაკუთრებულობა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – საკუთარ თავში დარწმუნებულობის, კრიტიკული აზროვნებისა და თვითპრეზენტაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს ხუთ კაციან ქვეჯგუფებად ანაწილებს და შემდეგი სახის ინსტრუქციას გასცემს: თითოეული ქვეჯგუფის მონაწილეებმა სახლის განსხვავებული ოთახებისათვის სათანადო ნივთები უნდა განასახიერონ – მაგალითად: საძინებელი, მისაღები, სამზარეულო, სარდაფი, სამუშაო კაბინეტი. წამყვანმა თავად უნდა გადაწყვიტოს რომელი ქვეჯგუფი რომელ ოთახს განასახიერებს. არც ერთმა ქვეჯგუფმა არ უნდა იცოდეს რომელი ოთახის ნივთებს გაათამაშებს სხვა ქვეჯგუფი. შემდეგ თითოეული ქვეჯგუფის მონაწილეები ირჩევენ თუ რომელ ნივთს განასახიერებენ. ნივთების არჩევანში მათ წამყვანი ეხმარებათ. (მაგალითად სამზარეულოს შემთხვევაში შემდეგი სახის ნივთები არის შესაძლებელი: მაცივარი, ღუმელი, ნიჟარა, მაგიდა, დანა და ა.შ.) თითოეულმა მონაწილემ უნდა მოიფიქროს ერთი მნიშვნელოვანი მიზეზი, რომელიც მათ მიერ გათამაშებულ საგანს განსაკუთრებულ მნიშვნელობას სძენს. წამყვანი თითოეულ მონაწილეს ეხმარება ამ მიზეზის აღმოჩენასა და არგუმენტაციის ჩამოყალიბებაში. რა თქმა უნდა უმჯობესია თუკი მონაწილეს ერთზე მეტი მიზეზი ექნება მოფიქრებული. აქტივობა დაიწყება მაშინ, როდესაც ყოველი ქვეჯგუფი იქნება მზად. წამყვანი თითოეულ ქვეჯგუფთან ცალ-ცალკე მუშაობს, ხოლო დანარჩენები ამასობაში მაყურებლები არიან. ის უახლოვდება რომელიმე ოთახის განმასახიერებელ ქვეჯგუფს და იძახის: „რა არეულობაა ამ ოთახში! ნეტავი რა ოთახია საერთოდ?! ან ამდენი უსარგებლო ნივთი რაში მჭირდება?!“ შემდეგ წამყვანი რომელიმე მონაწილეს უახლოვდება და მიმართავს მას: „ვერ გავიგე რა არის ეს, რა ნივთია? ეტყობა არ დამჭირდება და შენი გადაგდება მომიწევს!“ მონაწილე მას პასუხობს: „არა, შენ მე ვერ გადა-

მაგდებ!“ და შემდეგ ის ასახელებს იმ მნიშვნელოვან მიზეზს, რის გამოც წამყვანს ეს ნივთი „ძალიან ესაჭიროება“. სავარჯიშო ამ პრინციპით გრძელდება მანამ, სანამ წამყვანი ყოველ ქვეჯგუფს არ მოივლის და ყოველ „ნივთს“ არ გაესაუბრება. დასასრულს გაირკვევა თუ რომელ ოთახებში იმყოფებოდა იგი. მომდევნო ეტაპზე შესაძლებელია სავარჯიშოს გართულება: მიზეზის დასახელების შემდეგ წამყვანი მაინც უარყოფს ნივთის მნიშვნელოვნობას და დამატებით არგუმენტს მოითხოვს მისგან. მაგალითად: თუკი მონაწილე საწოლს განასახიერებს და მისი არგუმენტი ამგვარია: „შენ ვერასოდეს ვერ დაიძინებ უჩემოდ!“ წამყვანი მას პასუხობს შემდეგნაირად: „იცი, მე საერთოდ ლოგინზე არ ვიძინებ ხოლმე, ძალიან მიყვარს იატაკზე ძილი, ამიტომ მაინც უნდა გადაგაგდო!“ მონაწილემ შესაძლოა ასე უპასუხოს: „მერე ბავშვები რაზე იხტუნავენ?!“

№94

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – საკუთარ თავში დარწმუნებულობის, კრიტიკული აზროვნებისა და თვითბრუნებულობის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ორი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – ეს სავარჯიშო წინამდებარე აქტივობის ვარიაციას წარმოადგენს. ჯგუფი ისევ იყოფა, მაგრამ ამ შემთხვევაში თითოეულ ქვეჯგუფს ყავს ლიდერი რომელიც არის ემიგრანტი, ხოლო მონაწილეები განასახიერებენ იმ ნივთებს, რომელთა გარეშეც ემიგრანტი ვერ იცოცხლებს იმ ქვეყანაში სადაც მიემართება. თითოეულმა „ნივთმა“ უნდა მოიფიქროს თუ რატომ არის მისი არსებობა მნიშვნელოვანი ემიგრანტისათვის. ემიგრანტმა კი უნდა ამოიცნოს თუ რომელ ნივთს განასახიერებს მონაწილე და შემდეგ მისი არგუმენტაციიდან გამომდინარე განსაზღვროს თუ რამდენად ნამდვილად საჭიროა ეს ნივთი მისი მომავალი ცხოვრებისათვის. ამ გადაწყვეტილების მიხედვით ის ან წაიღებს, ამ ნივთს ან არა.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – სოციალური როლების მნიშვნელოვნობის გააზრება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – ბარათები, მარკერები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დასაწყისში წამყვანი საუბრობს იმის შესახებ თუ როგორ ანვითარებდნენ განსხვავებული ქვეყნები სოციალური როლების კლასიფიკაციასა და სპეციალიზაციას კულტურათა ჩამოყალიბების პროცესში. მას შეუძლია ისაუბროს განსხვავებულ ეპოქაში ადამიანის მიერ თვითგადარჩენის მიზნით სხვადასხვა როლების შეთავსებასთან დაკავშირებით – მონადირე, ფერმერი, მშენებელი, ბავშვის განმანათლებელი და ა.შ. წამყვანი ხაზს უსვამს, რომ ყოველი ადამიანი ფართე საზოგადოებრივ წყობაში კონკრეტულ და სპეციფიურ ამოცანას ანხორციელებდა. ზოლო სპეციალიზაციის გარდა საზოგადოებები მიიღებოდნენ კლასების, პოზიციებისა და სიმდიდრეებთან დაკავშირებული არათანასწორი მდგომარეობების განვითარებისაკენ. წამყვანი ბარათებზე განსხვავებულ სოციალურ როლებს ჩამოწერს და ამ ბარათებს ერთიან დასტაში მოათავსებს. (წამყვანს შეუძლია ბარათების დასტის მანიპულირება, თუკი მას სურს, რომ რომელიმე მონაწილემ აუცილებლად ამა თუ იმ სოციალური როლის მატარებელი ბარათი ამოიღოს) შემდეგ წამყვანი მოხალისეს იწვევს და სთხოვს მას, რომ დასტიდან ერთი ბარათი ამოიღოს. როდესაც მოხალისე გაიგებს თუ რომელი სოციალური როლი უნდა განასახიეროს მან, წამყვანი რამოდენიმე წუთს აძლევს დაფიქრებისათვის. მოხალისემ უნდა მოიფიქროს თუ როგორ შეიძლება აისახოს ეს სოციალური როლი პანტომიმში. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე მოხალისემ პანტომიმმა უნდა განახორციელოს, ზოლო დანარჩენები აკვირდებიან მას და ცდილობენ ამოიცნონ თუ რომელ სოციალურ როლს განასახიერებს იგი. თუკი რომელიმე მონაწილეს რაიმე დაშვება ან ვარაუდი გააჩნია ის ამის შესახებ ხმამაღლა არ ამბობს, არამედ უერთდება მოხალისეს და იგივე სოციალური როლისათვის დამახასიათებელ, ოღონდ ამჯერად

განსხვავებული აქტივობის პანტომიმას განასახიერებს. აქტივობა ამ პრინციპით ვითარდება მანამ, სანამ მთელი გუნდი არ იქნება მოცემული სოციალური როლის განსახიერებაში ჩართული. როდესაც პანტომიმა გარკვეულ კულმინაციას მიაღწევს წამყვანი გაყინავს მონაწილეთა აქტივობას სიტყვით „სტოპ!“ და შემდეგ თითოეულ მათგანს დაეკითხება თუ რას განასახიერებდნენ ისინი. თითოეული მონაწილე თავისი ინტერპრეტაციის შესახებ საუბრობს. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ წამყვანი მონაწილეებს ღისკუსიაზე იწვევს, რომლის განმავლობაშიც განიხილება ის ფაქტორები, რაც ამა თუ იმ სოციალური როლის ამოცნობას განაპირობებს.

№96

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Matt Buchanan-ის პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და იმპროვიზირებული აზროვნების უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – Jimmy Carter-ის ნოველა “The Little Baby Snoogle Fleejur”.

სავარჯიშოს აღწერა – აქტივობა მიმდინარეობს როლური დრამას მეთოდით. წამყვანი იწყებს წიგნის კითხვას. ის არ აჩვენებს მონაწილეებს ნახატებს და წიგნის გარეყდასაც მაღავს. ისტორიის მთავარი მოქმედი პირები არიან პატარა ხეივანი ბიჭი ჯერემი და გველეშაპი, რომელსაც ჯერემი ზღვის ნაპირზე თამაშისას შენიშნავს. წიგნის კითხვისას წამყვანი განსაკუთრებით უსვამს ხაზს იმას, რომ ვერავინ ვერ ხედავს გველეშაპს კარგად – ყველას ეჭვი ეპარება ნამდვილად არსებობს თუ არა იგი. წამყვანის სიტყვებით შექმნილია სამი ვერსია გველეშაპის „ვინაობის“ შესახებ. ამ სიტყვების შემდეგ წამყვანი ხურავს წიგნს და მონაწილეებს მიმართავს: „წარმოიდგინეთ, რომ ხართ იმ ქალაქის მაცხოვრებლები სადაც ეს ისტორია განვითარდა. აირჩიეთ თქვენი როლები, გადაწყვიტეთ ვინ ხართ თქვენ.“ მონაწილეებს რამოდენიმე წუთი ეძლევათ თავიანთი ვინაობის დადგენისათვის. „ყოველ მოქალაქეს შეუძენვია წყალში რაღაც

უცნაური ფენომენი, მაგრამ დანამდვილებით არავინ არ იცის რა არის ეს. თქვენ საფიქრებელში ჩაეარდით და ამ ამბავმა იმდენად შეგაწუხათ, რომ გადაწყვიტეთ სამოქალაქო კრების მოწვევა.“ წამყვანი ქალაქის მერის როლს განასახიერებს და შემდეგი სახის კითხვებით მიმართავს მოსახლეობას. „მოგესალმებით და გმადლობთ რომ მობრძანდით. მე ვიცი, რომ თითოეულ თქვენგანს ძალიან ბევრი საფიქრალი გაუჩნდა იმ უცნაური ამბების გამო რაც ამ ბოლო დროს ჩვენი ზღვის წყალში ხდება. რა დაინახეთ? რატომ არის ეს ცხოველი ამდენად ამაღლელებელი? რა მოიმოქმედა რომ ასეთი შიში გამოიწვია თქვენში? და ა.შ.“ მოხალისე მონაწილეები თავის ემოციებსა და დანახული სურათის შესახებ არსებულ შთაბეჭდილებებზე საუბრობენ. წამყვანი თავისი როლიდან გამომდინარე მოხალისეებს კითხვებს უსვამს და ცდილობს დაეხმაროს მათ თავიანთი როლების გათავისებაში: „დიდი ბოდიში, მაგრამ სანამ გააგრძელებდით საუბარს, ხომ ვერ წარმოგიდგენთ თავს? ვინ ბრძანდებით და რას საქმიანობთ? სად ცხოვრობთ?“ სავარჯიშო ამ მიმართულებით მიმდინარეობს მანამ, სანამ მერს ყველა მსურველი არ გაესაუბრება. შემდეგ კი ვითარებისათვის ახალი მიმართულების მისაცემად წამყვანი როლს იცვლის და მონაწილეებს Daily News-ის ჟურნალისტად წარუდგება, რომელსაც რამოდენიმე მაცხოვრებლისაგან ინტერვიუს აღება სურს. წამყვანი მონაწილეებს ზურგს შეაქცევს და შემობრუნებისას ჟურნალისტად იქცევა. იგი ცდილობს გაართოს მონაწილეები. მნიშვნელოვანია რომ მღელვარებამ არ კილოს. ჟურნალისტს თან ახლავს ოპერატორი ბობი, რომელიც წარმოსახულია. ბობი მოუხერხებელი ვინმეა და ყოველთვის ყველაფერი ეშლება, რის გამოც გამუდმებით ჟურნალისტის საყვედურებს იმსახურებს. (ამ სავარჯიშოს მსვლელობისას მთავარია, რომ წამყვანმა თავი კომფორტულად იგრძნოს. ის არ უნდა ჩქარობდეს, ამ შემთხვევაში მთავარია მონაწილეთა ინტერაქცია, თუნდაც ღინამიკის კლების ხარჯზე). როდესაც წამყვანი ჩათვლის, რომ მონაწილეებმა მრავალი საინტერესო ინტერპრეტაცია შექმნეს, სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპი იწყება. წამყვანი ბოლომდე კითხულობს ნოველას და აღმოჩნდება, რომ გველეშაპი ნამდვილად არსებობს და მეგობრულად არის განწყობილი ქალაქის მაცხოვრებლების მიმართ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – „ტრაემა და ფსიქოლოგიური დახმარება“.

მიზნები – პიროვნული თვითწვდომა, გაცნობიერება და ტრავმული გამოცდილების გადალახვა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 60 წ.

მასალები – თეატრალური აქსესუარები.

მეთოდის აღწერა – როლური თამაშები კლასიკური ფსიქოდრამის შემადგენელი ნაწილია. მისი არსი მდგომარეობს იმპროვიზირებული, დრამატული წარმოდგენის დადგმაში, სადაც მონაწილეები აქტიურად ექსპერიმენტირებენ სხვადასხვა, ხშირად მათთვის მნიშვნელოვანი და/ან პრობლემური როლებით.

როლური თამაშების მეშვეობით ბავშვებს საშუალებას ვაძლევთ ითამაშონ მათთვის ახალი, ალტერნატიული როლები, მაგრამ სავსებით „უხიფათოდ“, უმტკივნეულოდ, რადგან ყველაფერი თამაშდება დადგმული სიტუაციის ფარგლებში.

ეს ერთ-ერთი საუკეთესო საშუალებაა გამოვიკელით ბავშვთა პრობლემები, ოცნებები, შიშები და ფანტაზიები, აგრეთვე პოზიტიური ცვლილება შევიტანოთ მათ შინაგან ემოციურ მდგომარეობაში და მივეხმაროთ მყარი, რიგიდული, არაფექტური ქცევის მოდელის შეცვლაში.

როლური თამაში აძლევს ბავშვებს სრულ თავისუფლებას გამოხატონ საკუთარი თავი – გრძნობები, სურვილები, აზრები, ქცევები და ა.შ. თვითგამოხატვა ფსიქოლოგიური უსაფრთხოების ფონზე საშუალებას იძლევა მაღალი თვითკონტროლის (ზეკონტროლის) დაძლევისა და ზედმეტი დაძაბულობისგან განთავისუფლებისა, ზრდის მოქნილობას, კონტაქტურობას და აძლევს ბავშვს შესაძლებელი ქცევების და ოპტიმალური რეაქციების უფრო ფართო რეპერტუარს.

როლური თამაშის თემა შესაძლოა გახდეს ნებისმიერი სიტუაცია – რეალური თუ წარმოსახვითი, ბავშვთა მიერ არჩეული თუ შეთავაზებული ფასილიტატორის მიერ.

როლები აუცილებელია შევარჩიოთ ბავშვთა ასაკის, მოთ-

ხოვნილებების და საჭიროებების შესაბამისად. ძალიან მნიშვნელოვანია, მოვერიდოთ სცენებს, სადაც ბავშვები აძლიერებენ საკუთარ ნაკლოვანებებს (სიზარმაცის ტენდენციებს, აგრესიულ გამოვლინებებს, დაუდევრობას და ა.შ.). ყოველი დადგმული სიტუაცია უნდა გაიჩრქოს – რა განცდები და გრძნობები გამოიწვია დამდგმელში, მონაწილეებში, რას გვასწავლის ეს სიტუაცია და სხვა.

ზოგ შემთხვევაში ერთი ბავშვი არის წამყვანი – „დამდგმელი“, ის ირჩევს სიტუაციას, აძლევს როლებს დანარჩენებს, უხსნის რა ან ვინ უნდა განასახიერონ, რა ფრაზები უნდა წარმოთქვან, როგორი პოზა მიიღონ. წამყვანი „დგამს“ სცენას, შესაძლებელია საკუთარ სიზმარს ან ოცნებას, ან სიტუაციას საკუთარი ცხოვრებიდან (მაგალითად, სადილის სცენა ჩემს ოჯახში, ოჯახის სკულპტურა და სხვა), დანარჩენი ბავშვების მონაწილეობით, შესაძლებელია მან საკუთარი თავიც – საკუთარი როლიც ათამაშებინოს რომელიმეს.

შესაძლებელია ერთი და იგივე პრობლემური სიტუაციის გათამაშება თითოეული ბავშვის მონაწილეობით. ყოველი ბავშვი საკუთარ რეაქციას იძლევა და შემდეგ მონაწილეები არჩევენ, რომელია ყველაზე ოპტიმალური და ეფექტური ქცევა. მაგალითად, შესაძლებელია გავათამაშოთ სიტუაციები, რომლებიც ბავშვებს საშუალებას მისცემს გავარჯიშდნენ პასუხების გაცემის აგრესიულ, გაუბედავ და დამარწმუნებელ სტილში. ასეთი სიტუაციების მოძებნა ყოველდღიურ რეალობაში ძალიან იოლია, მაგრამ, დასაწყისში სჯობს „მორიდან“ მოვლა – შედარებით უსაფრთხო და სახალისო სიტუაციების არჩევა, რათა თამაშში ჩართულ იქნენ გაუბედავი და „მორცხვი“ ბავშვებიც. სიტუაციების შესაძლო ჩამონათვალი ასეთია: „მეგობარმა გაჩუქა თოჯინა (ჯარისკაცი), ეხლა კი უკან ითხოვს. უპასუხე მას ჯერ ბრაზიანად, მერე გაუბედავად და მერე სერიოზულად“, „მეზობლის კატა შენს წიწილას ეთამაშებოდა და ფეხი მოსტეხა. უთხარი ამის შესახებ მეზობელს, გამოიყენე ზემოთ აღნიშნული სამგვარი სტილი ანუ აგრესიული, გაუბედავი და დამარწმუნებელი მიმართვები“. „მასწავლებელს მოეჩვენა რომ შენ ხმაურობ და კლასიდან გაძევებს. მიეცი მას სხვადასხვა რეაქცია“, „შენს წინ კინოთეატრში ზის კაცი, რომლის დიდი ქუდი ეკრანის დანახვაში ხელს გიშლის. მიმართე მას აგრესიულად, გაუბედავად და დამარწმუნებლად“. ბავშვებს ვთხოვთ სავარჯიშოს გარჩევას და თითოეული რეაქციის თავისებურებების გამოკვლევას (მიმიკა, ხმის ტემბრი, პოზა და ა.შ.), მათ უნდა გაუზიარონ ერთმანეთს განცდები,

რომლებიც აღმოცენდა თითოეული როლის შესრულებისას, რომელი მათგანი გაუჭირდა და რატომ, რა სტილი ახასიათებს თვითონ, რომელი მოსწონს, რა აქვს დადებითი და უარყოფითი თითოეულს.

შესაძლებელია უფრო რთული ჯგუფური სცენის დადგმა. მაგალითად, „თქვენ ზომალდის ეკიპაჟის წევრები ხართ. ზომალდმა კატასტროფა განიცადა და თქვენ უკაცრიელ კუნძულზე აღმოჩნდით. აქ თქვენ ახალ სახელმწიფოს ქმნით...“ ამ ეტაპზე ფასილიტატორი ანაწილებს როლებს ბავშვების ხასიათისა და პრობლემებიდან გამომდინარე – მაგალითად, აგრესიული ტენდენციების ბავშვს აძლევს მზრუნველი ექიმის როლს; პასიურ მონაწილეს – პოლიციელის როლს; აუტსაიდერს – ლიდერის როლს და ა.შ., რათა ბავშვებმა შეასრულონ ალტერნატიული როლები საკუთარი ქცევის სტილის შესაცვლელად.

როლური თამაშების გამოყენების დიაპაზონი ძალიან დიდია. შესაძლოა იმპროვიზირება და მათი ჩართვა ნებისმიერი რეაბილიტაციური მიზნის მიღწევის პროცესში.

№1

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Miriam Nabarro-ს პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვის, მხატვრული ხედვისა და თვითპრეზენტაციის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სახატავ ფურცლებსა და პასტელებს ურიგებს და შემდეგი სახის ინსტრუქციას აძლევს: „ყველამ დაეხუჭოთ თვალები და ფურცლის ფარგლები ხელებით შევისწავლოთ. კარგად შეისწავლეთ ფურცლის სივრცე, მისი სიგანე და სიმაღლე.“ რამოდენიმე წუთის განმავლობაში თვალდახუჭული მონაწილეები თავიანთ ფურცლებს ხელებით შეისწავლიან. წამყვანი აგრძელებს ინსტრუქციის გაცემას: „ეხლა კი წარმოიდგინეთ, რომ მალე თქვენს ფურცლებზე წვიმა უნდა წამოვიდეს. წვიმის წვეთები პასტელების წვერით გამოისახება, ხოლო ის ხმაური რომელიც პასტელების წვერების დარტყმით გამოიქვამს – წვიმის ხმაური არის. წვიმა ნელ-ნელა იწყება, შემდეგ დაუშვებს (ხმაური მოიმატებს), ფურცლის მთელ სივრცეს დაფარავს და ბოლოს ისევ ნელ-ნელა, თანდათანობით გადაიღებს.“ რამოდენიმე წუთის განმავლობაში მონაწილეები ამ ინსტრუქციას ასრულებენ. წამყვანის ინსტრუქციის მიხედვით, წვიმის ხმაური თანდათანობით კლებულობს და ბოლოს საერთოდ წყდება. შემდეგ მონაწილეებმა ფურცელზე გამოსახული წერტილები ყოველგვარი დაფიქრების გარეშე განსხვავებული ფერის პასტელით უნდა შეაერთონ. მას შემდეგ რაც ყოველი წერტილი შეერთებული იქნება, წამყვანი მათ სთხოვს, რომ ყურადღებით დააკვირდნენ შექმნილ ხაზებს და შეეცადონ რაიმე ფიგურები ან ფორმები დაინახონ მათ გადაკვეთაში. თითოეული მონაწილე ხაზების ფერისაგან განსხვავებული ფერით გამოკვეთავს იმ ფორმას ან ფიგურას რომელიც აღმოაჩინა და შემდეგ აფერადებს მას. ნახატებზე მუშაობის დასრულების შემდგომ,

თითოეული მონაწილე თავისი ნამუშევრის პრეზენტაციას ახდენს მთელი ჯგუფის წინაშე.

№2

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Miriam Nabarro-ს პროგრამიდან.

მიზნები – სპონტანურობისა და შემოქმედებითი აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სახატავი ქაღალდისა და ცელოფანის გრაგნილი, პასტელები და ფანქრები, კომპაქტ დისკი მშვიდი მუსიკის ჩანაწერით, კომპაქტ დისკის საკრავი.

სავარჯიშოს აღწერა – უმჯობესია ეს სავარჯიშო ცოცხალი შესრულების თანხლებით მიმდინარეობდეს, წამყვანს შეუძლია ნებისმიერ მუსიკალურ ინსტრუმენტზე შეასრულოს იმპროვიზაცია. მონაწილეები იატაკზე დაფენილ ცელოფანზე სახატავი ქაღალდის გაშლილ გრაგნილთან სხდებიან. წამყვანი სთხოვს წარმოიდგინონ, რომ მათ უნდა გაიარონ წარმოსახული მოგზაურობა, რომელიც ქაღალდზე ფუნჯის ნაკვალევით აისახება. მონაწილეების მაჯა წამყვანის იმპროვიზაციის (ან მუსიკალური ჩანაწერის) „მიხედვით“ მოძრაობს: გელოდია აისახება იმ ცვლილებებში, რომელიც წარმოსახული გზის კვალში მიმდინარეობს. მონაწილეები შეძლებისდაგვარად ცდილობენ, რომ თვალდახუჭულ მდგომარეობაში იყვნენ და ამავე დროს გადაადგილებაც მოახერხონ – მათ ვიზუალურად ახსოვთ ის სივრცე, რომელსაც გაშლილი სახატავი ქაღალდის გრაგნილი იკავებს და ამიტომ თვალდახუჭულად მოძრაობა არ უნდა გაუჭირდეთ. მას შემდეგ რაც მუსიკალური იმპროვიზაცია დასრულდება, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს გაახილონ თვალები, დაუკვირდნენ თავიანთ განვლილ გზას და ასევე დააფიქსირონ თუ რომელი გზების „გადაკვეთა“ მოხდა. სავარჯიშოს დასრულების შემდგომ წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის განმავლობაშიც მონაწილეები წამყვანს თავიანთი შეგროვებების შესახებ უზიარებენ და ასევე განიხილავენ „გზების გადაკვეთის“ შემთხვევებსაც.

№3

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეების გაცნობა, თვითპრეზენტაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სახატავ ფურცლებს ურიგებს და სთხოვს, რომ ფურცლის მთელ სივრცეზე (პორტრეტის, ან ლანდშაფტის პოზიციაში) თავიანთი ინიციალები დახატონ. მონაწილეები თავისუფალი არიან ფერების შერჩევაში. როდესაც ყოველი მონაწილე დაასრულებს ინიციალების ხატვას, წამყვანი მათ სთხოვს წარმოიდგინონ იმ ადგილის ლანდშაფტი, რომელიც ძალიან უყვართ და სადაც ამჟამად მოესურვებოდათ ყოფნა. ამისათვის მონაწილეებს რამოდენიმე წუთი ეძლევათ. შემდეგ წამყვანი მათ სთხოვს, რომ თავიანთი ინიციალების ფონზე ამ „სანუკვარი“ ადგილის ლანდშაფტი გამოსახონ. მას შემდეგ რაც მონაწილეები დაასრულებენ თავიანთ ნახატებს, წამყვანი თითოეულ მათგანს სთხოვს ჯგუფის წინაშე თავისი ნახატი წარადგინოს და ასევე გაუზიაროს მათ, თუ რატომ არის ნახატზე გამოსახული პეიზაჟი მნიშვნელოვანი და სასურველი.

№4

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი ზედვისა და სპონტანურობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სახატავ ფურცლებს ურიგებს და სთხოვს, რომ დაფიქრდნენ და წარმოიდგინონ, თუ როგორი სახის მოძრაობები არის დამახასიათებელი ზღვის ტალღებისათვის. შემდეგ მონაწილეებმა ტალღების მოძრაობა ხელის მოძრაობით უნდა გამოსახონ და სახატავ ფურცელზე ამ მოძრაობების შესაბამისი ხაზები გაავლონ. აუცილებელია, რომ ფურცლის მთელი სიერცე იყოს შევსებული. სავარჯიშოს პირველი ეტაპის დასრულებისას, წამყვანი მონაწილეებს შემდეგი ინსტრუქციით მიმართავს: „ორიოდე წუთის განმავლობაში დააკვირდით თქვენს მიერ შექმნილ ზღვის ტალღების ნახატს. არის თუ არა იქ თევზების ფიგურები? ან რაიმე ცხოველის ფიგურა თუ ჩანს? შესაძლებელია ეს იყოს სრულიად ახალი ჯიშის ცხოველი ან თევზი. გააფერადეთ ეს ფიგურები და დაუმატეთ თვალები და პირი.“ მონაწილეებს კიდევ რამოდენიმე წუთი ეძლევათ მათ მიერ აღმოჩენილი ფიგურების დასრულებისათვის. როდესაც ყოველი მონაწილე „თავის ზღვის ბინადარს“ დასრულებულ იერსახეს მიანიჭებს, წამყვანი მათ სთხოვს ჯგუფის წინაშე წარმოადგინონ თავიანთი ნახატები.

№5

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Truus Wertheim-Cahem-ის პროგრამიდან.

მიზნები – თვითჩაღრმავება, ცხოვრების განვლილი გზის გაანალიზება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის გან-

მავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 35-40 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი თითოეულს სამ სახატავ ფურცელს ურიგებს. პასტელები და ფანქრები კი ერთ ადგილას დევს და მონაწილეებს შეუძლიათ ნებისმიერი ფერის შერჩევა. წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს, რომ მის

ინსტრუქციას მოუსმინონ და შესაბამისი ქმედებები განახორციელონ. „წარმოიდგინეთ რომ ხარტ ღირიჟორი. საღირიჟორო ჯოხის ნაცვლად კი ხელში ფანქარი, ან პასტელი გიჭირავთ. თქვენ ის მუსიკა გესმით, რომელიც გიყვართ, ან რომელიც თქვენს ამაჟამინდელ განწყობას შეესაბამება. დაიწყეთ ამ მელოდიის ღირიჟორობა. თქვენი ხელი თავისუფლად მოძრაობს წარმოსახული მუსიკის შესაბამის ტაქტში.“ რამოდენიმე წამით წამყვანი ჩერდება და მონაწილეები თვალდახუჭულად ღირიჟორობას აგრძელებენ. „ეხლა კი ნელ-ნელა გაახილეთ თვალები და ხელი რომელიც ღირიჟორობს სახატავ ფურცელს მიუახლოვეთ. ღირიჟორობის პროცესი არ უნდა შეწყდეს, სახატავ ფურცელზე კი მხოლოდ ორი ხაზი უნდა გაავლოთ. ეს ხაზები თქვენი ღირიჟორობიდან გამომდინარე უნდა იყოს გავლებული.“ მსგავსი აქტივობა მეორდება მეორე და მესამე სახატავი ფურცლის შემთხვევაშიც. მას შემდეგ რაც სამივე ფურცელზე ორი ხაზი იქნება გავლებული, წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს შეწყვიტონ ღირიჟორობა და დაუკვირდნენ სამივე ფურცელზე გავლებულ ხაზებს. წამყვანის ინსტრუქციის მიხედვით მონაწილეებმა ამ ხაზებიდან გამომდინარე რაიმე ნახატები უნდა შექმნან. ისინი სრულიად თავისუფალი არიან თემის შერჩევაში. მნიშვნელოვანია, რომ თითოეულმა მონაწილემ ნახატების შექმნის თანმიმდევრობა დაიბახსოვროს. მას შემდეგ რაც მონაწილეები ხატვას დაასრულებენ, წამყვანი თითოეულ მათგანს სთხოვს წარმოადგინოს სამივე ნახატი და მოუთხროს ჯგუფის დანარჩენ წევრებს თუ რა შინაარსი გააჩნიათ ამ ნახატებს. მას შემდეგ რაც მონაწილეები დაასრულებენ ნახატების წარდგენას, წამყვანი შემდეგი სახის კომენტარს აკეთებს: „შესაძლებელია, პირველი ნახატი თქვენს წარსულს ასახავდეს, მეორე – არსებულ მდგომარეობას, ხოლო მესამე კი იმ მომავალს რომლისაკენაც თქვენ ისწრაფვით.“

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Truus Wertheim-Cahem-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი ხედვის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – ცნობილი სურეალისტის მხატვრების ნახატების ამსახველი ბარათები, სახატავე ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავე ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სახატავე ფურცლებს ურიგებს. ნახატების ამსახველი ბარათები რომელიმე მაგიდაზე გაშლილად არიან დალაგებული. წამყვანი სთხოვს მონაწილეებს რიგ-რიგობით მიუახლოვდნენ ამ მაგიდას და შეარჩიონ მხოლოდ ერთი ბარათი რომელიც მათ მოეწონებათ. შემდეგ რამოდენიმე წუთის განმავლობაში მონაწილეები აკვირდებიან მათ მიერ შერჩეულ ნახატს. წამყვანი ინსტრუქციას გასცემს: „თქვენს ბარათებზე გამოსახული ნახატებიდან რომელიმე დეტალი შეარჩიეთ, რომელიც ყველაზე უფრო მეტად იპყრობს თქვენს ყურადღებას და რომელმაც ყველაზე უფრო მეტად მოახდინა თქვენზე შთაბეჭდილება.“ მონაწილეებს ორიოდ წუთი ეძლევათ. წამყვანი განაგრძობს ინსტრუქციას: „შეეცადეთ ეს დეტალი ზუსტად ასახოთ თქვენს სახატავე ფურცლებზე და შემდეგ ამ დეტალიდან გამოვლინარე თქვენი საკუთარი სურეალისტური ნახატი შექმნათ. არ არის აუცილებელი, რომ ნახატის საზრისი თავიდანვე იყოს აშკარად გამოკვეთილი.“ გარკვეული დროის განმავლობაში მონაწილეები თავიანთ ნახატებზე მუშაობენ. დასასრულს წამყვანი სთხოვს მონაწილეებს წარადგინონ თავიანთი ნახატები და შეეცადონ რაიმე საზრისი მიანიჭონ მათ.

აქტივობის ტიპი – დამამშვიდებელი.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – თვითჩაღრმავება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – დაბალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – პერსონალური დასაწოლი ლეიბი თითოეული მონაწილესთვის, სახატავი ფურცლები, პასტელები და მარკერები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს ლეიბებზე დაწვნი და სახატავი ფურცელი და პასტელი (ან ფლომასტერი) ლეიბის გვერდით დადონ, ისე რომ ხელით ადვილად წვდებოდნენ მას. შესაძლებელია სავარჯიშო ლეიბების გარეშე ჩატარდეს, თუკი მონაწილეებს კომფორტული სკამები ექნებათ. რამოდენიმე წამის შემდეგ წამყვანი ინსტრუქციას გასცემს: „დახუჭეთ თვალები და იფიქრეთ თქვენს სხეულზე. იფიქრეთ სხეულის ნაწილებზე, კუნთებზე. მაშინ როდესაც მე ამა თუ იმ სხეულის ნაწილს დაეასახელებ, თქვენ მშვიდად უნდა ამოძრავოთ იგი. იფიქრეთ თქვენი ფეხის თითებზე (მონაწილეები ფეხის თითებს არხევენ)“ მცირედი პაუზა. „მუხლებზე“ ისევ მცირედი პაუზა. „თებებზე“ მცირედი პაუზა და ა.შ. წამყვანი ასახელებს სხეულის ყოველ ნაწილს და მონაწილეები მშვიდად არხევენ სხეულის ამა თუ იმ ნაწილებს. წამყვანი განაგრძობს ინსტრუქციას: „ეხლა კი სრულიად მოადუნეთ თქვენი სხეული და იფიქრეთ მის ფორმაზე. როგორია თქვენი სხეული? რა ფორმა და როგორი მოყვანილობა აქვს მას?“ რამოდენიმე წუთი წამყვანი ჩუმდება. „ეხლა კი თქვენს სახატავ ფურცლებზე მარკერით ან პასტელით თვალდახუჭულებმა თქვენი სხეულის ფორმა გამოასახეთ. თქვენთვის უფრო ადვილი იქნება თუკი მარკერს (ან პასტელს) ფურცელს არ ჩამოაშორებთ და სხეულის ფორმას „ერთი ხელის მოსმით“ გამოასახავთ. ნახატის დასრულების შემდეგ ისევ თვალდახუჭული უნდა იყოთ“. მონაწილეები თავიანთი სხეულის ფორმას ხატავენ. ხატვის დასრულების შემდეგ წამყვანი აკრეფს ნახატებს, თანმიმდევრულად განათავსებს მათ მაგიდაზე და ისევ გასცემს ინსტრუქციას: „ეხლა კი ნელ-ნელა გაახილეთ თვალები და წამოდექით. თქვენს მიერ შექმნილი ნახატები მაგიდაზე არის განათავსებული. შეეცადეთ ამოიცნოთ თუ რომელია თქვენი სხეულის პორტრეტი?“

აქტიუობის ტიპი – მთავარი აქტიუობა.

წყარო – Miriam Nabarro-ს პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – სახატავე ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი პორტრეტის

პოზიციაში მყოფი სახატავე ფურცლების საპირისპირო მინდვრებზე დახატული პერსონაჟის გაშლილი ხელების ადგილსამყოფელის აღსანიშნავად მოკლე ხაზებს გააულებს. სხვადასხვა ფურცლებზე არსებული ხაზები ერთმანეთს უკავშირდება ისე, რომ ხატვის პროცესის დასრულების შემდეგ ნახატებზე გამოსახული პერსონაჟები ერთმანეთთან ფერხულში იყვნენ ჩაბმულნი. მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავე ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ წინასწარ გამზადებულ სახატავე ფურცლებს ურიგებს. შემდეგ ის მონაწილეებს სთხოვს გაიხსენონ მათთვის საყვარელი პერსონაჟი და წარმოიდგინონ რომ ის ცეკვავს. წამყვანი მონაწილეებს ეკითხება: „როგორი იქნებოდა ეს ცეკვა? როგორ იმოძრაებდა თქვენი საყვარელი პერსონაჟი? მარტო ცეკვავს ის, თუ ვინმესთან ერთად?“ მას შემდეგ რაც მონაწილეები ჩამოყალიბდებიან თავიანთი პერსონაჟის ხასიათისა და ცეკვის შესახებ, წამყვანი სთხოვს გამოსახონ მათი საყვარელი პერსონაჟი როგორც მოცეკვავე, გარკვეული მოძრაობის შესრულებისას, როდესაც მისი ხელები ფართოდ არის გაშლილი და სწორედ იმ ხაზებთანაა მიახლოებული, რომელიც წამყვანმა სახატავე ფურცლებზე სავარჯიშოს დაწყებამდე მონიშნა. მონაწილეებს გარკვეული დრო ეძლევათ ხატვისათვის. როდესაც მათი ნამუშევრები დასრულებული იქნება, წამყვანი სთხოვს ნახატები ხელების მდგომარეობის მიხედვით დააწყონ. სავარჯიშოს დასასრულს მონაწილეები თავად განასახიერებენ ფერხულს მათი პერსონაჟებისათვის შესაბამისი თანმიმდევრობითა და მოძრაობებით.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Augusto Boal-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი აზროვნებისა და ხედვის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. ამ სავარჯიშოსათვის წამყვანი სახატავ ფურცლებს წინასწარ ამზადებს – თითოეული ფურცელი უნდა იყოს გადაკეცილი ორ ადგილას ისე, რომ სახატავად სამი განყოფილება დარჩეს. სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი მონაწილეებს სამი ადამიანისაგან შემდგარ მცირე ქვეჯგუფებად ანაწილებს. თითოეული სამეული ინსტრუქციის თანახმად ერთიან ნახატს ქმნის. შემდეგ წამყვანი ინსტრუქციას გასცემს: „სამეულიდან ერთ-ერთი „არაჩვეულებრივი არსების“ თავის ხატვას იწყებს – რომელიც ფურცლის პირველ ნაწილზე უნდა იყოს გამოსახული. როდესაც ის დაასრულებს ხატვას, ფურცლის პირველ ნაწილს ისე გადაკეცავს, რომ მეორე მონაწილე ვერ ხედავდეს ნახატის დასასრულს. ნახატის გაგრძელებისათვის პირველი მონაწილე ორ მცირე ხაზს ტოვებს იმისათვის, რომ მეორესთვის გასაგები იყოს თუ საიდან უნდა განაგრძოს ხატვა. მეორე მონაწილე „არაჩვეულებრივი არსების“ ტანს ხატავს და პირველის მსგავსად სწორედ იმ ადგილას დაასრულებს ხატვას და გადაკეცავს ფურცელს, სადაც არსების ფეხები იწყება. მესამე მონაწილეს წარმოადგენა არ აქვს თუ როგორ გამოიყურება არსების თავი და ტანი, მაგრამ მეორეს მიერ გავლებული ხაზების მიხედვით ის ორიენტირს იღებს, თუ საიდან უნდა იყოს დაწყებული „არაჩვეულებრივი არსების“ ფეხები. სავარჯიშოს დასასრულს ფურცელი იშლება და სამეულმა თავის „ქმნილებას“ დასახელება უნდა მისცეს. შემდეგ თითოეული სამეულის ერთ-ერთი წარმომადგენელი ნახატის პრეზენტაციას ახდენს დანარჩენი მონაწილეების წინაშე.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Miriam Nabarro-ს პროგრამიდან.

მიზნები – არავერბალური კომუნიკაციის უნარისა და შემოქმედებითობის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი სახატავ ფურცლებს შემდეგნაირად ამზადებს: თითოეული ფურცლის შუაში გავლებულია საზღვრის აღმნიშვნელი ზაზი. მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასადებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სთხოვს დაწყვილდნენ. თითოეულ წყვილს ერთი სახატავი ფურცელი აქვს. წამყვანი მონაწილეებს ინსტრუქციას აძლევს: „წყვილებს შორის უსიტყვო დიალოგი უნდა შედგეს, რომელიც ხატვით წარიმართება. შესაძლებელია როგორც აბსტრაქტული, ასევე კონკრეტული ნახატების შესრულებაც. მთავარი მიზანია, რომ წყვილებს შორის შედგეს კომუნიკაცია და ერთმანეთის გესმოდეთ.“ მას შემდეგ რაც მონაწილეები ხატვას დაასრულებენ, მათ ნახატები ჯგუფის წინაშე უნდა წარადგინონ და დანარჩენებს კომუნიკაციის პროცესის შესახებ თავიანთი შთაბეჭდილებები გაუზიარონ.

აქტივობის ტიპი – გამამხმნეველი.

წყარო – Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – გართობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

საეარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი სთხოვს დაწყვილდნენ, სახატავ ფურცლებს ურიგებს და ინსტრუქციას აძლევს მათ: „თითოეულმა თქვენგანმა პარტნიორის პორტრეტი უნდა დახატოს. შესაძლებელია ეს იყოს ნამდვილი პორტრეტი, ან კარიკატურა.“ საეარჯიშოს დასრულების შემდეგ მონაწილეები თავიანთი ნახატების პრეზენტაციას ახდენენ.

№12

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – წარმოსახვისა და შემოქმედებითობის განვითარება.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

საეარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი სახატავ ფურცლებს ურიგებს და ინსტრუქციას გასცემს: „გაიხსენეთ რაიმე სცენა, რომლის ასახვის სურვილიც გაქვთ. შემდეგ დახატეთ ეს ვითარება და ისე, როგორც ეს კომიქსისათვის არის დამახასიათებელი, მოქმედ პირებს თავს ზევით სასაუბრო ტექსტები მიუწერეთ.“ ხატვის დასრულების შემდეგ მონაწილეები დანარჩენების წინაშე თავიანთ ნამუშევრებს წარადგენენ. პრეზენტაციის დასასრულს წამყვანი ამ სცენების გაერთიანების შესაძლებლობას განიხილავს, რითაც ისტორიის შექმნას ჩაუყრის საფუძველს.

№13

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Craig Hart-ის პროგრამიდან.

მიზნები – თვითჩაღრმავება და შემოქმედებითი ხედვის განვითარება.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი სახატავ ფურცლებს შემდეგნაირად ამზადებს: ფურცელზე გავლებულია ორი პარალელური ხაზი, რომელიც მას სამ ნაწილად ყოფს. მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასადავად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი სახატავ ფურცლებს ურიგებს და ინსტრუქციას გასცემს: „სანამ ხატვას დაიწყებდეთ დაფიქრდით თქვენს წარსულზე, აწმყოსა და მომავალზე. ვინაიდან თემატურად სამი დროის ამსახველი ნახატი უნდა შეასრულოთ, სწორედ ამიტომ ფურცელიც სამ ნაწილად არის დაყოფილი. თქვენ უნდა მოახდინოთ არჩევანი თუ სად იქნება განთავსებული წარსული, აწმყო და მომავალი.“ მონაწილეები ინსტრუქციის მიხედვით მოქმედებენ. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ თითოეული მათგანი ჯგუფის წინაშე საკუთარი ნახატის წარდგენას ახდენს.

№14

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Miriam Nabarro-ს პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდური სულისკეთების ჩამოყალიბება, წარმოსახვისა და შემოქმედებითი ხედვის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სახატავი გრაგნილი, ხსნადი საღებავი, ფუნჯები, ერთ-ჯერადი ჭიქები და თეფშები, წყალი, იატაკზე დასაფენი ცელოფანი.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან. წამყვანი მათ განსხვავებულ სამყაროებზე ესაუბრება. ისინი განიხილავენ თუ როგორია წყლის სამყარო, კოსმოსი, არქტიკა, ანტარქტიდა და ა.შ. მონაწილეები წამყვანის დახმარებით გადაწყვეტენ თუ რომელ სამყაროს გამოსახავენ გრაგნილზე. შემდეგ წამყვანი სახატავ გრაგნილს წინასწარ გაშლილ ცელოფანზე ფენს. ერთჯერად თეფშებზე

სხვადასხვა ფერის ხსნადი საღებავია დასხმული ისე, რომ თეფში პალიტრას წააგავს. მონაწილეები გრაგნილის ირგვლივ მათთვის სასურველ და მოსახერხებელ ადგილებს იკავენ. წამყვანი მათ საღებავიან თეფშებს, ფუნჯებსა და წყლით ნახევრად სავსე ჭიქებს ურიგებს. სავარჯიშოს შემდეგ ეტაპზე მონაწილეები ერთიან სახატავ ფორმატზე იმ სამყაროს ხატვას იწყებენ რომლის შესახებაც სავარჯიშოს დასაწყისში შეთანხმდნენ. სახატავ სივრცეში ყველას თავისი ადგილი აქვს, მაგრამ პროცესის განვითარებისას შესაძლებელია მონაწილეებმა ღროდადრო ადგილები შეიცვალონ. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ ყველანი მთლიანობაში აკვირდებიან ნახატს და ახსნა-განმარტებას იძლევიან თავისი წვლილის შესახებ.

№15

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – შიშის გადალახვა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სთხოვს დაფიქრდნენ თუ რისი ემინიათ. მას შემდეგ რაც მონაწილეებს სახატავი ფურცლები ურიგდებათ წამყვანი მათ სთხოვს თავიანთი შიში ფურცელზე ასახონ. ხატვის დასრულების შემდეგ თითოეული მონაწილე თავისი შიშის შესახებ საუბრობს და ნახატს ჯგუფის წევრებს წარუდგენს. დასასრულს წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დახიონ შიშის ამსახველი ნახატები და ფეხით გათელონ ფურცლის ნარჩენები.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – მირა კარიბაიევასა და ზულფია კოჩორბაევის პროგრამიდან.

მიზნები – მონაწილეთა გაცნობა, თვითჩაღრმავება და თვითწარდგენა.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-25 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

საეარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასადებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სახატავ ფურცლებს ურიგებს, რომლებიც საეარჯიშოს დაწყებამდე მის მიერ მომზადებულია შემდეგნაირად: თითოეული ფურცელი ორი გადაჯვარედინებული ხაზით ოთხ ნაწილად არის გაყოფილი. წამყვანი მონაწილეებს ინსტრუქციას აძლევს: „დაფიქრდით თქვენი სახელისა და გვარის წარმომავლობის შესახებ. მოიფიქრეთ თუ როგორ გსურთ თქვენი გვარის გამოსახვა? დაფიქრდით თქვენი სიამაყის შესახებ – როგორ გამოსახავდით მას? დაფიქრდით თქვენი სიძლიერის შესახებ – როგორ გამოსახავდით მას? დაფიქრდით თქვენი ცხოვრებისეული მიზნის შესახებ – როგორ გამოსახავდით მას? როდესაც მზად იქნებით თქვენი პიროვნების ამ ოთხი ძირეული შემადგენელი ნაწილის ასახვისათვის, დაიწყეთ ხატვა და ფურცლის თითოეულ მეოთხედ დანაყოფში თქვენი გვარის, სიამაყის, სიძლიერისა და ცხოვრებისეული მიზნის ამსახველი ნახატი შეასრულეთ. ეს იქნება თქვენი ფარი. ხოლო ნახატის ცენტრში შეგიძლიათ თქვენი დევიზი დაწეროთ.“ ხატვის დასრულების შემდეგ მონაწილეები დანარჩენების წინაშე თავისი „ფარის“ დემონსტრირებას ახდენენ.

№17

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Miriam Nabarro-ს პროგრამიდან.

მიზნები – მზრუნველობისა და პასუხისმგებლობის ამაღლება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – A3 ფორმატის მყარი სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან. წამყვანი მათ უხსნის, რომ შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიებზე მათ ხშირად მოუწევთ ხატვა. აქედან გამომდინარე აუცილებელია, რომ თითოეულ მონაწილეს თავისი ნახატების შესანახად საქალაქო ქონდეს მომზადებული. ის სთავაზობს მათ, რომ თავად შექმნან თავისი საქალაქო და არ გამოიყენონ მზა საკანცელარიო, გამჭვირვალე და მოსაწყენი ფერების მქონე საქალაქო. წამყვანი მონაწილეებს შუაზე გადაეცემა A3 ფორმატის, მყარ სახატავ ფურცლებს ურიგებს. პირველ გვერდზე მონაწილეებმა თავიანთი პორტრეტი უნდა დახატონ, თუკი სურვილი ექნებათ მათ შეუძლიათ პორტრეტი ჩარჩოში მოათავსონ. აუცილებელი არ არის, რომ პორტრეტი ზუსტად ასახავდეს მათ გარეგნობას, შესაძლებელია ეს იყოს აბსტრაქტული ნახატი. საქალაქო დანარჩენი გვერდები მონაწილეებმა განსხვავებული ორნამენტებით უნდა გაალამაზონ. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ თითოეული მათგანი ჯგუფის წევრების წინაშე საქალაქოების დემონსტრირებას ახდენს.

№18

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – ეფექტური კომუნიკაციისა და წარმოსახვის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – მარტივი ნახატები, სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მოხალისეს იწვევს და შემდეგი სახის დავალებას აძლევს მას: „თქვენ გეძლევათ მარტივი ნახატის ამსახველი ბარათი. კარგად დააკვირდით მას. მონაწილეებმა თქვენი ნაკარნახევიდან გამომდინარე ზუსტად ასეთივე ნახატი უნდა დახატონ. მოიფიქრეთ რა მინიშნებებით უნდა მიახვედროთ მათ, რომ ნახატი ზუსტად იყოს განმეორებული.“ მას შემდეგ რაც მოხალისე კარნახს დაასრულებს, მონაწილეები თავიანთ ნახატებს წარადგენენ, მოხალისე კი მათ იმ ბარათს აჩვენებს რომელზედაც თავდაპირველი ნახატია გამოსახული.

№19

აქტივობის ტიპი – გამახსურებელი.

წყარო – ია სამადაშვილის პროგრამიდან.

მიზნები – სხეულის მოთელვა, წარმოსახვის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – არ საჭიროებს.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში დგანან. წამყვანი ინსტრუქციას გასცემს: „თითოეულმა თქვენთაგანმა საკუთარი სახელი და გვარი მარჯვენა ხელით დახატეთ ჰაერში.“ როდესაც მონაწილეები ამ დავალებას შეასრულებენ, წამყვანი განაგრძობს ინსტრუქციას: „ეხლა კი იგივე დავალება შეასრულეთ მარცხენა ხელით.“ მონაწილეები ასრულებენ ინსტრუქციას. „ამჯერად სახელსა და გვარს ეწერთ მარჯვენა ფეხის მოძრაობით.“ მცირედი პაუზა ინსტრუქციის გაცემისას. „ეხლა კი მარცხენა ფეხის მოძრაობით და შემდეგ დაფერითხოთ სხეული.“ სავარჯიშო სხეულის დაფერითხვით დასრულდება.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ქეთი ხაფავას პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდური სულისკეთების ამაღლება, მონაწილეთა მხრიდან ერთმანეთისადმი დადებითი დამოკიდებულების გამოვლენის შესაძლებლობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – სახატავი ფურცლები, ფანქრები და პასტელები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავი ფურცლის დასაღებად მყარი დაფა აქვთ) ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი მათ სახატავ ფურცლებს ურიგებს და შემდეგი სახის ინსტრუქციას გაცემს: „ფურცლის შუაგულში დაწერეთ თქვენი სახელი და გვარი და თქვენი გაწყობიდან გამომდინარე მხოლოდ ეს სივრცე გააფორმეთ. შემდეგ გადაეცით თქვენი ფურცელი გვერდზე მყოფ მონაწილეს, რომელმაც ამ ფურცელზე თქვენდამი მისი სურვილი და დამოკიდებულება უნდა გამოსახოს რაიმე ფორმით – სიტყვიერად ან ნახატით. იგი თავისუფალია ფურცლის სივრცის არჩევანში და ამასთანავე უნდა გაითვალისწინოს, რომ სხვა მონაწილეებისათვისაც აზრის გამოხატვისათვის სივრცე უნდა დატოვოს“ ამ პრინციპით ყველას შეეძლება თავისი სურვილისა და დამოკიდებულების გამოხატვა ერთმანეთისადმი. როდესაც ფურცელი „პატრონს“ დაუბრუნდება სავარჯიშო დასრულებულია. მონაწილეებს შეუძლიათ ნახატების წარდგენა დანარჩენების წინაშე.

№21

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ქეთი ხაფავას პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი ხედვის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 15-20 წ.

მასალები – ბარათები, სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – სავარჯიშოს დაწყებამდე წამყვანი ბარათებზე ანტონიმებს ჩამოწერს: მშენიერი-მახინჯი, ბედნიერი-უბედური, ჯანმრთელი-ავადმყოფი და ა.შ. ანტონიმების რაოდენობა, სახატავი ფერების რაოდენობას უნდა შეესაბამებოდეს. წამყვანი მონაწილეებს სახატავ ფურცლებს ურიგებს და სთხოვს თავიანთი განწყობის შესაბამისი აბსტრაქტული ნახატი შეასრულოს, მთავარი მათ ყველა მოცემული ფერი გამოიყენონ. მას შემდეგ რაც მონაწილეები ხატვას დაასრულებენ, წამყვანი მათ ბარათებს ურიგებს. მონაწილეებმა უნდა განსაზღვრონ და ჩამოწერონ (თითოეულმა საკუთარი ვერსია უნდა შექმნას) თუ რომელი ფერი რომელ ანტონიმს შეესაბამება. სავარჯიშოს მომდევნო ეტაპზე მონაწილეები წყვილებიან (საკუთარი არჩევანიდან გამომდინარე) და ერთმანეთს „ფერების განმარტების“ ვერსიას უცვლიან. დაფიქრების შემდეგ, თითოეულმა მონაწილემ თავისი პარტნიორის ნახატის განწყობის ინტერპრეტაცია უნდა შეასრულოს „ფერების განმარტებებზე“ დაყრდნობით.

№22

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – გუნდური სულისკვეთების ჩამოყალიბება, ეფექტური კომუნიკაციის უნარის განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 10-15 წ.

მასალები – მარტივი შინაარსის ნახატი, სახატავი ფურცლები, პასტელები და ფანქრები.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანის ინსტრუქციის თანახმად მონაწილეები ერთმანეთის მიყოლებით დგებიან. თუკი რაოდენობა დიდია, შესაძლებელია ორი რიგის ჩამოყალიბება (ამ შემთხვევაში საჭირო იქნება ორი მარტივი შინაარსის ნახატი). წამყვანი რიგში მდგარ ბოლო მონაწილეს ნახატს აწვდის. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში მონაწილე ყურადღებით აკვირდება მას და შემდეგ ნახატს

წამყვანს უბრუნებს. წამყვანი ინსტრუქციას გასცემს: „ეხლა კი ეს ნახატი თქვენს წინ მდგომი მონაწილეს ზურგზე უნდა დახატოთ. შეძლებისდაგვარად ნელა და გარკვევით გამოსახეთ თითოეული მონახაზი, რომ ამ უკანასკნელმა ზუსტად გაიმეოროს ნახატი თავის წინ მდგომი მონაწილეს ზურგზე.“ სავარჯიშო ამ პრინციპით გრძელდება მანამ, სანამ ნახატი რიგში მყოფ ყველა მონაწილეს ზურგზე არ იქნება გამოსახული. როდესაც ნახატის შინაარსი ამ საშუალებით რიგის პირველ მონაწილეს გადაეცემა, უკანასკნელი ნახატის შინაარსს სახატავ ფურცელზე გამოსახავს. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ წამყვანი ნახატის პირვანდელ და უკანასკნელ ვარიანტებს ერთმანეთს ადარებს.

№23

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – UNICEF

მიზნები – ორმხრივი კომუნიკაციის, აზრის მართებული გადაცემისა და ურთიერთობის დამყარების უნარების განვითარება, დემოსტრირება, თუ რა სახის პრობლემები შეიძლება წარმოიქმნას ცალმხრივი კომუნიკაციის შემთხვევაში, გამხიარულება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ერთი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 12-დან ზევით.

მასალები – რამოდენიმე საგნის ამსახველი მარტივი (პრიმიტიული) სურათი.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები მაგიდასთან, ან იატაკზე სხედან (თუკი ოთახი კომფორტულია). წამყვანი ერთ-ერთ მოხალისეს იწვევს და სთხოვს მას აირჩიოს ნებისმიერი სურათი. შემდეგ მოხალისემ ზურგი უნდა შეაქციოს დანარჩენებს და ყოველგვარი სიტყვიერი მინიშნების გარეშე თუ რა საგანი, ან არსება არის გამოსახული სურათზე, უნდა აუხსნას მათ რა უნდა დახატონ, ხოლო მონაწილეებმა კი ყოველგვარი დაფიქრების გარეშე მოხალისეს სიტყვებიდან გამომდინარე ჩანახატი უნდა შეასრულონ. როდესაც მონაწილეები პირველ ნახატს დაასრულებენ, წამყვანი მოხალისეს სთხოვს აჩვენოს მათ სურათი. შემდეგ წამყვანი სხვა მოხალისეს

იწვევს და ამჯერად სურათის შერჩევის შემდგომ, მოხალისე მონაწილეების მიმართ სახით დგება. კარნახისას მათ კითხვების დასმის შესაძლებლობაც ეძლევათ. თუმცა კარნახი მხოლოდ ვერბალური მინიშნებებით არის დაშვებული, მოხალისეს არ აქვს უფლება ვიზუალურად მიუთითოს მონაწილეებს სურათის შინაარსი. ნახატის დასრულების შემდეგ ისევ ხდება სურათის დემონსტრირება და ნახატების შედარება. შემდეგ წამყვანი აღარებს ერთმანეთს პირველი და მეორე შემთხვევების შედეგებს და უხსნის მონაწილეებს თუ რამდენად გადამწყვეტი მნიშვნელობა გააჩნია ორმხრივ კომუნიკაციას, რომელსაც ადგილი ქონდა ბოლო შემთხვევაში, რამაც ნახატი სურათის შინაარსთან უფრო მიახლოებული გახადა.

№24

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – UNICEF

მიზნები – საკუთარი თავისა და დანარჩენი მონაწილეების შეცნობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – Flip chart ქაღალდი, მარკერები და წებოვანი ქაღალდი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სამ მცირე ჯგუფად ანაწილებს და შემდეგ ინსტრუქციას გასცემს:

ინსტრუქცია №1: ჯგუფი ა – უნდა გამოსახოთ თქვენი პორტრეტი ცხოველის სახით. როგორი იქნებოდით, რომ ყოფილიყავით ცხოველი?

ინსტრუქცია №2: ჯგუფი ბ – უნდა გამოსახოთ თქვენი პორტრეტი მცენარეს სახით. როგორი იქნებოდით, რომ ყოფილიყავით მცენარე?

ინსტრუქცია №3: ჯგუფი გ – უნდა გამოსახოთ თქვენი პორტრეტი ავეჯის სახით. როგორი იქნებოდით, რომ ყოფილიყავით ავეჯი?

მონაწილეებს ეძლევათ რამოდენიმე წუთი ნახატების გამოსახვისათვის.

ინსტრუქცია №4: თითოეულმა მონაწილემ დანარჩენებს უნდა აუხსნას თუ რატომ გამოსახა საკუთარი თავი ამა თუ იმ ცხოველის, მცენარეს, ან ავეჯის სახით.

შემდეგ მონაწილეებმა სურათები კედელზე უნდა გააკრან და დააკვირდნენ მათ. სავარჯიშოს დასრულების შემდგომ წამყვანი მონაწილეებს დისკუსიაზე იწვევს, რომლის განმავლობაშიც ისინი განიხილავენ თუ რა ახალი აღმოჩენები მოახდინეს საკუთარი თავისა და დანარჩენების შესახებ.

№25

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – UNICEF

მიზნები – მონაწილეთა თვითშემეცნების ინიცირება და ურთიერთგაცნობა.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 25-30 წ.

მასალები – სახატავი ქაღალდი, პასტელები და მარკერები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში, ან მაგიდებთან სხედან. წამყვანი მათ ინსტრუქციას აძლევს.

ინსტრუქცია №1: სახატავ ფურცლებზე თქვენი საყვარელი საქმიანობა გამოსახეთ.

ინსტრუქცია №2: იპოვეთ თქვენი პარტნიორი, ის ვისაც მსგავსი საქმიანობა უყვარს და განიხილეთ ეს ნახატი მასთან ერთად. გაუზიარეთ ერთმანეთს თუ რატომ გიყვართ ეს საქმიანობა.

ინსტრუქცია №3: იპოვეთ ის წყვილი, რომელსაც თქვენი მსგავსი საქმიანობა უყვარს და გაუზიარეთ ერთმანეთს მოსაზრებები.

ეს პროცესი შესაძლოა ერთი, ან ორი დიდი გუნდის გაერთიანებამდე გაგრძელდეს.

მონაწილეთა ასაკიდან გამომდინარე, შესაძლოა წამყვანმა სავარჯიშოს ბოლოს დისკუსია წარმართოს, რომლის განმავლობაშიც ის მონაწილეებთან განიხილავს იმ საქმიანობებს, რომელსაც ინდივიდები უპირატესობას ანიჭებენ. გენდერული სხვაობანი საყვარელი საქმიანობის არჩევანში. იყო თუ არა ეს ინფორმაცია სასარგებლო მონაწილეთა ურთიერთგაცნობისათვის.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – ნდობის შენება, განვლილი და სამომავლო ცხოვრების გზის გააზრება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 30-35 წ.

მასალები – A3 სახატავე ქაღალდი, პასტელები და მარკერები.

სავარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში (თუკი მათ სახატავე ფურცლის დასადებად მყარი დაფა აქვთ), ან მაგიდასთან სხედან. წამყვანი შემდეგ ინსტრუქციას გასცემს:

ინსტრუქცია №1: გაიხსენეთ ყველა ის მოვლენა და ღირსშესანიშნავი დღე, რომელიც თქვენს ცხოვრებაში ყოფილა.

გარკვეული დროის განმავლობაში მონაწილეებს დაფიქრებისათვის შესაძლებლობა ეძლევათ.

ინსტრუქცია №2: სახატავ ფურცელზე მდინარე დახატეთ, ისე, რომ მთელს ფურცელს კვეთდეს.

ინსტრუქცია №3: მდინარეს გასწვრივ (როგორც მარჯვენა, ასევე მარცხენა ნაპირზე), ფურცლის შუაგულამდე გამოსახეთ ის მოვლენები, რომელიც გაგახსენდათ და თქვენთვის მნიშვნელოვანი იყო.

ინსტრუქცია №4: ეხლა კი წარმოიდგინეთ, თუ როგორი უნდა იყოს თქვენი მომავალი და რა მნიშვნელოვანი მოვლენებითა და ღირსშესანიშნავი დღეებით ხასიათდება იგი.

ინსტრუქცია №5: გამოსახეთ ეს მომავალი მნიშვნელოვანი მოვლენები მდინარეს თავისუფალი ნაწილის გასწვრივ (ისევე, როგორც მარჯვენა, ასევე მარცხენა ნაპირზე).

მას შემდეგ რაც მონაწილეები ხატვას დაასრულებენ, წამყვანი მათ სთხოვს რიგ-რიგობით თავიანთი „ცხოვრების მდინარე“ დანარჩენ მონაწილეებს წარუდგინონ.

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – UNICEF

მიზნები – კონფლიქტური ვითარების განმუხტვა და მონაწილეთა შორის მეგობრული ურთიერთობის დამყარება.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 35-40 წ.

მასალები – A3 სახატავი ქაღალდი, პასტელები და მარკერები.

საეარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს სთხოვს დაწყვილდნენ, ან გათვლის მეთოდით წყვილებად ანაწილებს მათ. შემდეგ წამყვანი ინსტრუქციას გასცემს:

ინსტრუქცია №1: გაუზიარეთ ერთმანეთს თქვენი განვლილი ცხოვრების მნიშვნელოვანი მოვლენებისა და ღირსშესანიშნავი დღეების შესახებ.

მონაწილეებს ამ საკითხის განხილვისათვის ათი წუთი ეძლევათ.

ინსტრუქცია №2: თქვენი პარტნიორების მიერ გაზიარებული ინფორმაცია სახატავ ფურცლებზე გამოსახეთ. დახატეთ ერთმანეთის „ცხოვრების მდინარე“.

მონაწილეებს 10-15 წუთი ეძლევათ ხატვისათვის.

ინსტრუქცია №3: რიგ-რიგობით წარუდგინეთ დანარჩენებს თქვენი პარტნიორის „ცხოვრების მდინარე“.

№1

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Ian Riddock-ის პროგრამიდან

მიზნები – შემოქმედებითი და მხატვრული ხედვის უნარების განვითარება, გუნდის შენება და თანამშრომლობის გაღვივება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – ორი სესია.

მასალები – კოლაჟისათვის აუცილებელი ნივთები, ბუნებრივი მასალები (რაც შესაძლებელია ღია ცის ქვეშ ჩატარებული აქტივობის დროს იყოს მოძიებული), 3/2-ზე მეტრის სიდიდის ტილოს ნაჭერი, ქინძის-თაგები, ფოტოაპარატი, Flip chart და მარკერი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანს მონაწილეები ღია ცის ქვეშ, აქტივობისათვის წინასწარ შერჩეულ შესაბამის ადგილას გაყავს. შემდეგ ის მონაწილეებს ზღაპრული არსების გარეგნობის შესახებ გონებრივ შტურმზე იწვევს. მას შემდეგ რაც გუნდი ერთობლივად ჩამოყალიბდება ზღაპრული არსების გარეგნობასთან დაკავშირებით, წამყვანი მათ მცირე ჯგუფებად ანაწილებს. სულ უნდა ჩამოყალიბდეს სამი მცირე ჯგუფი: I ჯგუფის წევრები განსხვავებული ბუნებრივი და კოლაჟისათვის განკუთვნილი მასალებისაგან ქმნიან ამ არსების თავს; II ჯგუფი ქმნის მის სხეულს; ხოლო III ჯგუფი კი მის კიდურებს (ხელებსა და ფეხებს). მას შემდეგ რაც კოლაჟი იქნება ჩამოყალიბებული მონაწილეებმა სხეულის ამ ნაწილების ფოტოგრაფირება უნდა მოახდინონ. წამყვანი მათ ეხმარება. ამ აქტივობით პირველი სესია სრულდება. მეორე სესიაზე წამყვანს მოაქვს დაბეჭდილი ფოტოები და მონაწილეები ზღაპრული არსების სურათს ფოტოებისაგან გამოჭრილი ნაწილებისაგან ქმნიან. გამოჭრილი ფოტოები ტილოს ნაჭერზე ქინძისთაგებით მაგრდება.

აქტივობის განვითარების სახით წამყვანს შეუძლია ამ ფოტო მასალის შეერთება კომპიუტერულ პროგრამაში, რაც ზღაპრული არსების გარეგნობას უფრო დასრულებულ სახეს სძენს.

აქტივობის ტიპი – მოთვარი აქტივობა.

წყარო – Ian Riddock-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი და მხატვრული ხედვის უნარების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას ყოველი მონაწილე თანაბრად არის ჩართული პროცესში.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – ორი სესია.

მასალები – ფოტოაპარატი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებს განსხვავებული სახის თემებს აძლევს, რომლის შესახებაც მათ შესაბამისი ფოტოები უნდა გადაიღონ. თემების განვრცობა უსასრულოდ არის შესაძლებელი. მაგალითისათვის შემდეგი თემები არის მოცემული: დიდი და პატარა; სამალაეი ადგილები; მოძრაობა უძრაობა; დღე და ღამე და ა.შ. ფოტო სესია ტარდება ერთი სესიის განმავლობაში. მეორე სესიაზე წამყვანს დაბეჭდილი ფოტოები მოაქვს და ავტორები თავიანთი ნამუშევრების პრეზენტაციას ახდენენ დანარჩენი მონაწილეების წინაშე.

№1

აქტივობის ტიპი – მთავარი აქტივობა.

წყარო – Riska Wygergangs-ის პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი და ლოგიკური აზროვნების განვითარება.

ფოკუსი – სავარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – მაღალი.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 30-40 წ.

მასალები – განსხვავებული სახის თეატრალური აქსესუარები და ხმის ჩამწერი.

სავარჯიშოს აღწერა – წამყვანი მონაწილეებიდან ზუთ მოხალისეს პატიუებს და შემდეგ ინსტრუქციას გასცემს. „დანარჩენი მონაწილეები მაყურებლები არიან, ხოლო სცენაზე მოწვეულნი კი განთქმული მეზღაპრეები.“ ის მეზღაპრეებს თავიანთი ხასიათიდან გამომდინარე თეატრალური აქსესუარების არჩევას სთავაზობს და შემდეგ განაგრძობს ინსტრუქციას. „მე ამ მეზღაპრეთა გუნდის ღირი-ფორი ვიქნები და მაშინ, როდესაც ისინი მაყურებელთა მიერ შემოთავაზებულ თემაზე დაფუძნებით ზღაპრის მოყოლას დაიწყებენ, როგორც მთავარი მანქანა მე გადავწყვეტ თუ როდის რომელი განაგრძობს მოყოლას და რამდენ ხანს გასტანს თითოეულის გამოსვლა. ამავე დროს შესაძლებელია ჩემი სურვილიდან გამომდინარე ერთდროულად ორი, ან სამი მეზღაპრე ვასაუბრო.“

შემდეგ წამყვანი მაყურებლებს სთხოვს შესთავაზონ მეზღაპრეებს თემა, რომელიც მათ ზღაპრის სათაურად გამოადგებათ. მას შემდეგ რაც მეზღაპრეები რომელიმე თემას მოიწონებენ, ღირი-ფორი (წამყვანი) ზურგს აქცევს მაყურებელს და მეზღაპრეებს იწვევს ზღაპრის მოყოლაზე.

სავარჯიშოს განვითარების სახით წამყვანი თავის როლს რომელიმე სხვა მონაწილეს, ხოლო მეზღაპრეების როლს სხვა მსურველებს სთავაზობს.

აქტიუობის ტიპი – მთავარი აქტიუობა.

წყარო – ნინო შუშანიას პროგრამიდან.

მიზნები – შემოქმედებითი ხედვისა და აზროვნების განვითარება.

ფსიქოლოგიური პრობლემების გამოვლენა.

ფოკუსი – საეარჯიშოს მსვლელობისას გარკვეული დროის განმავლობაში ყოველი მონაწილე ყურადღების ცენტრში ექცევა.

დინამიკა – საშუალო.

მონაწილეთა რიცხვი – 10-15.

ხანგრძლივობა – 20-30 წ.

მასალები – ხმის ჩამწერი.

საეარჯიშოს აღწერა – მონაწილეები წრეში სხედან. წამყვანი მათ სთავაზობს შეთხზან რაიმე ისტორია შემდეგი პრინციპით: წამყვანი იწყებს პირველ წინადადებას და შემდეგ თითოეული მონაწილე ამატებს თითო წინადადებას მაშინ როდესაც წრეზე მათი რიგი მოვა. ისტორია შეძლებისდაგვარად ლოგიკურად უნდა აეწყოს. წამყვანი ცდილობს, რომ გავლენა არ მოახდინოს სიუჟეტის განვითარებაზე.

თავი მესამე

შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიის მეთოდოლოგიური მიმოხილვა

მოცემულ თავში გთავაზობთ 2002 წლის თებერვალს, ქ. სოჭში ჩატარებული სამუშაო სემინარის განმავლობაში აღმამანის რესურსების განვითარების ფონდის სპეციალისტების მიერ შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიის შესახებ შემუშავებულ მეთოდოლოგიას. სესიას ფასილიტაციას უწევდა “War Child Netherlands”-ის მეთოდოლოგი Maaïke Stolte.

მეთოდის სამიზნე ჯგუფები:

ა. ვისთან და რატომ ვიწყებთ მუშაობას?

1. სასკოლო ასაკის ბავშვებთან, რათა ხელოვნების სხვადასხვა უნარების განვითარების მეოხებით მათი შემოქმედებითი თვითგამოხატვა უზრუნველყოფილი იყოს.
2. ფსიქო-ემოციური პრობლემების მქონე ბავშვებთან, რათა მათ შეძლონ არსებული პრობლემის დაძლევა და ტრავმატული გამოცდილების მონელება. პრობლემა შესაძლოა განპირობებული იყოს გამოვლილილი ომის, ან სხვა სოციალური მოვლენებით.

ბ. სად ვმუშაობთ და რა მიზნები გვაქვს?

ჩვენი სამუშაო ადგილმდებარეობებია: ქალაქგარეთ და ცენტრში არსებული იძულებით ადგილმცვალ პირთა კოლექტიური ცენტრები, თბილისის ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლები, ქუჩის ბავშვების თავშესაფრები.

1. სხვადასხვა ტიპის ადგილმდებარეობების შერჩევა ხდება ჩვენი მეთოდების გავრცელება-განვითარებისა და მუშაობის შედეგების შედარებისათვის, რათა დავადგინოთ თუ რა გავლენა გააჩნია ამ მეთოდებს ბავშვთა ფსიქო-ემოციური მდგომარეობის გაუმჯობესების თვალსაზრისით და რა სხვაობა არის ამ გავლენებს შორის. ეს გარემოება ხელს უწყობს მეთოდის განვითარება-დახვეწას.

2. მეთოდის სასკოლო სისტემაში ინტეგრირება მოსწავლეთა შემოქმედებით თვითგამოხატვასა და ბავშვებში ხელოვნების ნიჭის გამოვლენას უწყობს ხელს. ჩვენი მოღვაწეობა სკოლის ღირებულებიდან წინასწარი შეთანხმების საფუძველზე ხორციელდება.
3. სამიზნე ჯგუფის შერჩევისას პრიორიტეტული მნიშვნელობა ენიჭება ეკონომიურად უკიდურესად გაჭირვებულ და იზოლირებულ დევნილთა კოლექტიურ ცენტრებს. გარდა ზემოთ ჩამოთვლილი მიზნებისა, ამ შემთხვევაში ჩვენი მთავარი მამოძრავებელია თანადგომა და დახმარება. ამას გარდა, ჩვენ ვმუშაობთ ქუჩის ბავშვებთან და შესაბამის ბავშვთა თავშესაფრებში.

გ. როგორ ვამყარებთ ურთიერთობებს?

1. სამუშაო ადგილებზე მისვლისას თავდაპირველად ურთიერთობას ვამყარებთ კოლექტიური ცენტრის ლიდერთან ან სკოლის ღირებულებით, რომელიც გვეხმარება ჯგუფ(ებ)ის დაკომპლექტებაში.
2. მშობლებისა და პედაგოგებისათვის ჩვენი მეთოდების შესახებ პრეზენტაციას ვახორციელებთ.

მეთოდის აღწერა

ა. ამოცანები:

1. ფსიქო/ფიზიკური განვითარება და გაძლიერება;
2. ნევროტული სიმპტომატიკის დაძლევა;
3. თვითშეფასების ამაღლება;
4. შემოქმედებითი უნარების განვითარება;
5. კომუნიკაციის უნარის განვითარება;
6. ყურადღების კონცენტრაციისა და მოსმენის უნარების განვითარება;
7. საკუთარი თავის შეცნობა;
8. ემოციური ბალანსის უზრუნველყოფა;
9. თვითგამოხატვის ხელშეწყობა.

ბ. ღონისძიებები

მუსიკა – რიტმის შეგრძნებისა და მუსიკალური სმენის განმავითარებელი სავარჯიშოები. კომპოზიციის შექმნა, რაც ზორციელდება სხვადასხვა მიმართულებების სინთეზზე დაყრდნობით, მაგ., ხატვისა და დრამის. ამგვარი კომბინირების შედეგად შესაძლებელია ნახატის აქდერება, თეატრალური გათამაშების მუსიკალური გაფორმება, ან წარმოსახული ამბის გახმოვანება. ასევე საგნებისა და ემოციების ასახვა მელოდიებში. ერთობლივი კომპოზიციის შექმნა, რაც თანამშრომლობისა და ანსამბლის შეგრძნების გაღვივებას უწყობს ხელს.

დრამა – ამ მეთოდის წამყვანი ღონისძიებები და აქტივობებია როლური თამაშები, წარმოდგენის დადგმა, წარმოსახული ამბის ინსცენირება, მუშაობა ემოციების გამოხატვის მიმართულებით, პლასტიურობის, ექსტიკულაციისა და მიმიკის დახვეწა.

ხატვა – ერთობლივი და ინდივიდუალური ხატვა, თემატური კომპოზიციების შექმნა, ხატვის მეშვეობით მონაწილეებს შორის ურთიერთობის დამყარება და განწყობის გამოხატვის ხელშეწყობა, კოლაჟების შექმნა, მოთხრობებისა და ისტორიების შეთხზვა ნახატების შინაარსის საფუძველზე, ხატვის უნარის განმავითარებელი სავარჯიშოები.

ცეკვა – სხვადასხვა ხალხური ცეკვების ილეთების გამოყენება თეატრალური დადგმების დროს.

ფოტო – მონაწილეთა მიერ გადაღებული ფოტოების საფუძველზე ერთიანი ნამუშევრის შექმნა. მარტივი თემატური ფოტოების შექმნა, ჯგუფის მიერ შექმნილი მოთხრობის ან ისტორიის გაფორმება ფოტოებით, ფოტო-კოლაჟები.

მოთხრობებისა და ისტორიების შექმნა – სპეციალური მეთოდის გამოყენებით ბავშვების მიერ ისტორიების შექმნის ინიცირება.

გ. ჯგუფთან მუშაობის ფაზები

1. გაცნობა (სპეციალური სავარჯიშოების მეშვეობით);
2. ნდობაზე დაფუძნებული ურთიერთობების ჩამოყალიბება (არაშეფასებითი დამოკიდებულება და მონაწილეთა წახალისება თვით-გამოხატვის პროცესში);
3. ჯგუფის შეკვრა და თანამშრომლობის გაღვივება (წესების ჩამოყალიბება რაც ხელს უწყობს მუშაობის ეფექტურობას; სამუშაო ინვენტარისადმი მოპყრობის სწავლება);
4. ყველანაირი მიმართულების აქტივობების ნაკრების შეთავაზება,

რათა მუშაობის საწყის ფაზაში მონაწილეთა საჭიროებები გამოვლინდეს. საჭიროებათა დადგენის საფუძველზე გუნდისათვის ინდივიდუალური პროგრამის შედგენა.

5. პრობლემების გადაწყვეტასა და საჭიროებათა დაკმაყოფილებაზე ორიენტირებული სესიური სამუშაოების ჩატარება, რითაც შემუშავებული პროგრამა განხორციელდება;
6. ჩატარებული სამუშაოს ეფექტურობის შეფასება. იგი ხორციელდება მონაწილეთა უკუკავშირით, მათი მშობლების, ახლობლებისა და სკოლის დირექციის წარმომადგენელთა მიერ ჩატარებული სამუშაოს შეფასებით.

დ. როდის და როგორ ვამთავრებთ მუშაობას?

ბავშვებთან და მოზარდებთან მუშაობის დასასრულს ვახორციელებთ გასვლით სტრატეგიას. ამ ფაზაზე მონაწილეებს ვამზადებთ სამუშაოს დასრულებისათვის, რომ მათთვის წამყვანებთან განშორება მოულოდნელი არ იყოს.

1. ანიმატორის (წამყვანის) ფუნქციის მინიჭება გუნდის ყველაზე ზრდასრული წევრისათვის;
2. გუნდის წევრთა შემზადება სესიების დამოუკიდებელი ჩატარებისათვის;
3. სამუშაოს დასრულების შემდეგ დროდადრო ვიზიტების განხორციელება;
4. სესიების ინტენსივობის თანდათანობითი კლება;
5. მუშაობის დასრულების საზეიმო აღნიშვნა და სამუშაოს შედეგების პრეზენტაცია.

ე. მუშაობის ხელშემწყობი პირობები

1. დაცული გარემო;
2. მშობელთა, კოლექტიური ცენტრის მაცხოვრებლებისა და სკოლის დირექციის კეთილგანწყობა;
3. სესიებისათვის გამოყოფილ ფართზე პასუხისმგებელი პირის ორგანიზებულობა;
4. მონაწილეთა განვითარების ღონეებს შორის არსებული სხვაობა,

რაც წამყვანს მოქნილობის შესაძლებლობას ანიჭებს და სესიების მსვლელობას თავის მხრივ მრავალფეროვნებას მატებს;

5. ჯგუფებს შორის არსებული სხვაობა, რაც მეთოდის გამდიდრებასა და დახვეწას უწყობს ხელს.

ვ. შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიის სტრუქტურა

1. მისაღმება, მონაწილეთა გაცნობა (თუკი პირველი შეხვედრა არის), წინა სესიაზე ჩატარებული აქტივობების გახსენება (განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია სესიების სერიულობის შემთხვევაში);

2. გამახურებელი სავარჯიშოები;

3. მთავარი აქტივობის შესავალი;

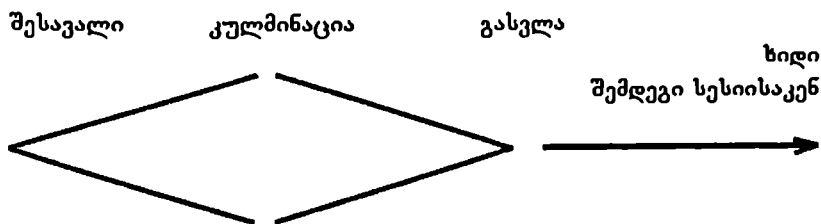
4. მთავარი აქტივობა;

5. სესიის შეფასება: უკუკავშირი;

6. ზიდის გაღება შემდეგი სესიისათვის;

7. დამშვიდობება.

8. რატომ არის ეს სტრუქტურა ეფექტური? პასუხი – პროცესის უნივერსალური დინამიკის გამო.



ზ. რის მიხედვით ვადგენთ მუშაობის ხანგრძლივობას?

1. ბავშვთა საჭიროებებიდან გამომდინარე;

2. კოლექტიური ცენტრის ან სკოლის საჭიროებებიდან გამომდინარე (მნიშვნელობის მქონე ტრავმირებულობის დონე, იზოლირებულობა, სოციალურ-ეკონომიკური მდგომარეობა);

3. პროექტის ხანგრძლივობა.

თ. მეთოდის განვითარება

საველე სამუშაოების ჩატარების განმავლობაში ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდის სპეციალისტებმა შემოქმედებითი თვითგამოხატვის მეთოდის განვითარება სესიების სერიულობის შემოღებით მოახდინეს. ამ შემთხვევაში სესიების წამყვანი ჯგუფთან მხოლოდ ერთი მიმართულებით (ხატვა, მუსიკა, ან დრამა) ან მიმართულებათა სინთეზის გამოყენებით მუშაობს. მუშაობის ამგვარი ფორმა მიზანმიმართულებას აღეკვებს.

ი. მონიტორინგი და შეფასება

მუშაობის მონიტორინგისა და შეფასებისას ვეყრდნობით შემდეგი სახის წარმატების ინდიკატორებს:

1. მონაწილეთა კმაყოფილება;
2. დასწრების რეგულარულობა;
3. შემოქმედებითი აზროვნებისა და შემოქმედებითი უნარების განვითარება;
4. სავარჯიშოების გართულების მოთხოვნა მონაწილეთა მხრიდან;
5. მონაწილეთა თვითდაჯერებულობის მატება;
6. მონაწილეთა რაოდენობრივი ზრდა;
7. დადებითი უკუკავშირი მშობელთა მხრიდან;
8. კოოპერაციისა და თანამშრომლობის მატება;
9. ყურადღების კონცენტრაციის უნარის გაუმჯობესება;
10. მონაწილეთა ნევროტული სიმპტომების გაქრობა ან შემცირება;
11. მონაწილეთა დახელოვნება ხელოვნების ამა თუ იმ დარგში.

კ. ჩვენი სამუშაოების დამადასტურებელი საშუალებებია:

თხრობითი ანგარიშები;

1. მონაწილეთა მიერ მომზადებული შემოქმედებითი პროდუქცია;
2. მშობელთა უკუკავშირი;
3. ტესტირების შედეგები;
4. აუდიო/ვიდეო და ფოტო არქივი.

თავი მეოთხე

სამუშაო შემთხვევების აღწერა

სამუშაო შემთხვევათა აღწერის მნიშვნელობა და საზრისი

ქვემოთ მოყვანილი ოთხი სამუშაო შემთხვევის აღწერა წარმოადგენს აუხაზეთიდან დევნილ ბავშვებთან გრძელვადიანი მუშაობის სურათს, რომელიც საშუალებას მისცემს დაინტერესებულ მკითხველს გაეცნოს ზემოთ აღწერილი სავარჯიშოების სინთეზური გამოყენების მოდელს. სამუშაო შემთხვევათა აღწერა ასევე შესაძლებლობას იძლევა გრძელვადიანი სესიების დაგეგმარების მაგალითის დემონსტრირებისათვის და ამასთანავე შემოქმედებითი თვითგამოხატვის შესაძლებლობას ციკლის თერაპიული ეფექტის დაკვირვებისთვისაც.

გარდა ამისა რამოდენიმე სიტყვით გვსურს იმ პროექტის შესახებაც მოგიტხროთ, რომლის ფარგლებშიც იყო ჩატარებული ეს სესიები სამუშაო შემთხვევებში მოხსენიებულ დევნილთა ცენტრებში. პროექტს სახელწოდებით „ახალგაზრდული მოძრაობა მშვიდობისა და შემოქმედებისათვის“ საფუძველი ჩაეყარა 1999 წლის ზაფხულს, პოლანდიური ორგანიზაცია „War Child Netherlands“-ის წარმომადგენელი ბრიტანელი ტრენერების მიერ ვ. სარაჯიშვილის სახ. სახელმწიფო კონსერვატორიაში ჩატარებული ტრენინგებით. რამოდენიმე ვიზიტის შემდგომ (ტრენერთა ვიზიტები ხორციელდებოდა ყოველ სამ თვეში), 2000 წელს არტ თერაპიის ტექნიკებში გაწვრთნილ მონაწილეთაგან შერჩეულმა რვა ანიმატორმა მუშაობა განაგრძო ქუჩის ბავშვთა თავშესაფრებში: კერძოდ „მომავლის სახლსა“ და „ბავშვი და გარემო“-ში.

ერთი წლის განმავლობაში სამუშაო ადგილმდებარეობებზე „War Child Netherlands“-ის წარმომადგენელი ტრენერების მხრიდან ინტენსიური სუპერვიზიისა და ტრენინგების შემდგომ შერჩეული ოთხი ანიმატორი ნინო შუშანია, ეკატერინე დვალი, ია სამადაშვილი და კონსტანტინე ლორთქიფანიძე შეუერთდნენ „ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდს“ (არგფო) და 2001 წლიდან ფონდის წარმომადგენელთა, ნოდარ სარჯველაძისა და დარეჯან (ჯანა) ჯავახიშვილის სუპერვიზიით განაგრძეს მუშაობა უკვე დევნილთა მიერ დასახლებულ კოლექტიურ ცენტრებში. „ადამიანის რესურსების განვითარების

ფონდს“ იმ დროისათვის უკვე ჰქონდა ომისაგან ტრავმირებულ და აფხაზეთიდან, ჩრდილო ოსეთიდან და ჩეჩნეთიდან დევნილ-ლტოლვილ მოსახლეობასთან ფსიქოსოციალური რეაბილიტაციის სამუშაოს მდიდარი გამოცდილება. ეს გამოცდილება უკვე მაშინ შეჯამებული იყო წიგნში „ტრაუმა და ფსიქოლოგიური დახმარება“. ამ წიგნში საგულისხმო მასალები იყო წარმოდგენილი ტრავმირებულ ბავშვთა და მოზარდთა ფსიქოლოგიური დახმარების თვალსაზრისით.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიები ხორციელდებოდა თბილისის ფარგლებში მდებარე დევნილთა კოლექტიურ ცენტრებში, ისეთიზოლირებულ ადგილმდებარეობებზეც კი როგორიცაა თბილისის ზღვის დასახლება, ქაიროს ქუჩაზე მდებარე დევნილთა კოლექტიური ცენტრი, სანზონაში მდებარე კოლექტიური ცენტრი და მრავალი სხვა. გარდა ამისა „არგფო“-ს მოღვაწეობის არეალი მოიცავდა გორსა და დიდ ლიახვს სადაც მოღვაწეობდნენ „არგფო“-ს წარმომადგენელთა მიერ გაწვრთნილი ანიმატორები ცარო ყაზახაშვილი, ჩინო პაპიაშვილი, ელენე მაკარიძე და ღალი ცარციძე. გარდა ამისა „არგფო“-ს წარმომადგენლები მოღვაწეობდნენ ასევე ზუგდიდსა და ქუთაისშიც.

გესურს ხაზგასმით ავღნიშნოთ, რომ პროექტის ფარგლებში „არგფო“-ს ინიციატივით “War Child Netherlands“-ის მიერ ორგანიზებული იყო სამი რეგიონალური სემინარი, რომელიც ეძღვნებოდა ტრავმირებულ ბავშვებთან მომუშავე პროფესიონალთა გამოცდილების გაზიარებასა და კვალიფიკაციის ამაღლებას: 2002 წლის თებერვალს სოჭში; 2004 წლის მაისს ადლერსა და 2006 წლის სექტემბერს თბილისში. სემინარებზე მონაწილეობას იღებდნენ ქართველი, აზერბაიჯანელი, სომეხი, ჩეჩენი, რუსი, აფხაზი და ოსი ეროვნების ანიმატორები. ზოლო სემინარის წამყვანები კი პოლანდიელი ექსპერტები გახლდნენ. ამ დროისათვის „არგფო“-ს ანიმატორთა გუნდს შეუერთდნენ დეა ჩხაიძე, ია წულაია, ქეთევან ხაფავა, მაკა ვირსალაძე და მამუკა ერქომაიშვილი. ზოლო ორგანიზაციის საჯარო ურთიერთობების მართვისათვის გუნდს შემოუერთდა ეკატერინე პავერმანი.

ვიმედოვნებთ, რომ მოცემული სამუშაო შემთხვევების განხილვა წვლილს შეიტანს დაინტერესებული პროფესიონალების მიერ გრძელვადიანი სესიების დაგეგმარებისა და განხორციელების ეფექტურობაში და ასევე გარკვეული მაგალითის სახით მათი თერაპიული ეფექტის ამაღლებასაც შეუწყობს ხელს.

02.10.03 – 01.06.04

ვაშლიჯერის აფხაზეთის სკოლა იყო ერთადერთი სასწავლო დაწესებულება თბილისში, სადაც მხოლოდ დევნილი ბავშვები და მოზარდები სწავლობდნენ, ვითარებას კიდევ უფრო მეტი განსაკუთრებულობა ენიჭებოდა იქიდან გამომდინარე, რომ თავად დირექტორი და მასწავლებლებიც დევნილები იყვნენ.

ტრავმული გამოცდილების შეგრძნებისათვის სკოლის დერეფანში გავლაც კი საკმარისი იქნებოდა: კედელზე გაკრული მემორიალი გავსებული იყო აფხაზეთის ომში დაღუპულთა ფოტოებით. დირექტორთან გასაუბრების შემდეგ აღმოჩნდა, რომ ყოველი დღე მის მიერ შემდეგი ფრაზის წარმოთქმით იწყება: „კიდევ ერთი დღით ვუახლოვდებით აფხაზეთში დაბრუნებას...“ თუმცა ჩემი აზრით ეს სურვილი და მოწოდება ყველასათვის ქარიზმატულ ოცნებად იქცა. სოციალურ-ეკონომიკური სიდუხჭირე ხშირ შემთხვევაში ასახვას პოულობდა სასკოლო მეცადინეობის პროცესზე: ერთ-ერთი სესია მასწავლებელთა მიერ ხელფასის გაუცემლობასთან დაკავშირებული გაფიცვის, ხოლო რამოდენიმე კი ზამთარში, გაუსადმლისი სიცივის გამო ჩაიშალა. ამ ფაქტორმა ზეგავლენა იქონია სასკოლო გაკვეთილების მიმდინარეობაზეც – ზამთარში ხშირი იყო გაკვეთილების შემცირებისა და გაცდენის შემთხვევები.

სკოლასთან განლაგებული დევნილთა კოლექტიური ცენტრები თბილისში არსებულ სხვა ცენტრებთან შედარებით უკეთესი პირობებით შეიძლება დახასიათდეს – ეს არის ჩვეულებრივი საცხოვრებელი კორპუსები, თუმცა გარემო არ გამოირჩევა სილამაზითა და სისუფთავით. ერთ-ერთი სესიის მსვლელობისას ბავშვების თვალით დანახული გარემო ასეთი აღმოჩნდა: „ირგვლივ ტრასებია, საღორეები, საწვავის გასამართი კანარგოა, ქარხნები, სკოლა და სამრეცხაოც გვაქვს, აბანო, ბევრი კიბეები და მთები.“

იქიდან გამომდინარე, რომ სამუშაო პროცესი ხანგრძლივი დროის განმავლობაში მიმდინარეობდა, მონაწილეებსა და წამყვანს შორის ღრმა სიმბიოზური ურთიერთობები შედგა, რაც ბავშვების მხრიდან სესიების დასასრულს, დამშვიდობებისას გამოიხატა.

ხელოვნების თერაპიის სესიები ინტენსიურად მიმდინარეობდა რვა

თვის განმავლობაში. სკოლის ღირეუქიასთან წინასწარი მოლაპარაკების საფუძველზე შევთანხმდით, რომ სამუშაოები განხორციელდებოდა მხოლოდ ოთხ ჯგუფთან: მე-5, მე-6, მე-7 და მე-8 კლასებთან, ვინაიდან მე-9, მე-10 და მე-11 კლასებს საპასუხისმგებლო გამოცდებისათვის უწევდათ მზადება. თავდაპირველად სესიები ტარდებოდა კვირაში ორჯერ, თითოეულ ჯგუფთან დამოუკიდებლად, ხოლო მოგვიანებით მძიმე სამუშაო პირობებიდან გამომდინარე (ზამთარში გათბობის გარეშე მიწვედა მუშაობა) ჯგუფები შემდეგნაირად გაერთიანდა: მე-5 და მე-6 კლასებს ერთიანი სესია უტარდებოდათ, ხოლო მე-7-სა და მე-8-ს ცალ-ცალკე.

სესიებზე მონაწილეთა დასწრების დონე იყო იმდენად მაღალი (აღსანიშნავია, რომ ხელოვნების თერაპიის სესიებზე დასწრება ნებაყოფლობითი იყო), რომ ყოფილა შემთხვევები როდესაც ბავშვები მელოდებოდნენ ორი, ან სამი გაკვეთილის გაცდენის შემთხვევაშიც კი (ჩვეულებრივ სესიები გაკვეთილების შემდეგ იწყებოდა და თუ რომელიმე უცდებოდათ, ჩემს მოსვლას ელოდებოდნენ). ასევე, ხშირად ბავშვებს გაკვეთილების შემდეგ სახლში წასვლა და სპეციალურად სესიებზე დასწრებისათვის დაბრუნება უწევდათ. ასეთ შემთხვევებშიც, დაღლილობის მიუხედავად ისინი აქტიურად მონაწილეობდნენ. პროცესის მსვლელობისას შეიმჩნეოდა სესიებზე დასახული მიზნების შესრულებასთან დაკავშირებით მონაწილეთა პასუხისმგებლობის ამაღლება და თანამშრომლური დამოკიდებულების გაძლიერება როგორც წამყვანის. ასევე ერთმანეთისადმიც. ამ ფაქტორმა განაპირობა კლასებს შორის არსებული დაპირისპირების შესუსტება. იქიდან გამომდინარე, რომ სესიები ერთმანეთის მიყოლებით ტარდებოდა, ხანგრძლივობა დროში მკაცრად შეზღუდული იყო, რაც დადებითად აისახა მონაწილეთა მხრიდან ყურადღების კონცენტრაციის განვითარებასა და აქტიულობაში ჩართულობის დონის მატებაზე. მთლიანობაში ჩატარდა 41 სესია.

სკოლის ღირეუქიის თხოვნიდან გამომდინარე, მუშაობისას ყურადღება უნდა გამემახვილებინა კლასებს შორის არსებულ კონფლიქტზე: ძირითადი მიზეზი ასაკობრივ დაპირისპირებაში მდგომარეობდა. აღსანიშნავია, რომ მთელი სამუშაო პროცესის მიმდინარეობისას მუდმივი თანამშრომლობა მქონდა სკოლის ღირეუქიასთან. ამ პროცესის განმავლობაში შემდეგი სახის პრობლემები შეიქმნა: ღირეუქტორს და მასწავლებელთა უმეტესობას, მრავალჯერადი და ამომწურავი ახსნის მიუხედავად არ ესმოდათ ხელოვნების თერაპიის სესიების დანიშნულება. მათი წარმოდგენით, სესიები შემოქმედებითი წრეების თანამედროვე ვერსიას წარმოადგენდნენ. აქედან გამომდინარე, მათ შესაბამისი

მოლოდინებიც ჩამოყალიბდათ: სესიების პროცესში გარკვეული სახის შემოქმედებითი პროდუქცია შეიქმნება, რომელიც საახალწლო წარმოდგენის სახით შეიძლება შეჯამდეს. მათ არ ესმოდათ, რომ ამ სესიების განმავლობაში უფრო მეტი მნიშვნელობის მქონე პროცესი, ვიდრე შედეგი პროდუქციის სახით. ამის გამო სამუშაო პროცესის შუალედში გარკვეული სახის სირთულეები შეიქმნა, თუმცა დასასრულს ღირეცია კმაყოფილი იყო ნამუშევრით.

თითოეულ ჯგუფთან განსხვავებული პროგრამა შესრულდა. მე-8 კლასთან – გუნდის შეკვრისა და ეფექტური კომუნიკაციის განმავითარებელი სავარჯიშოები, აუგუსტო ბოალის მეთოდი (პირველი შემთხვევა, როდესაც ამ მეთოდით ვიმუშავე ბავშვებთან), რამოდენიმე სავარჯიშო ხატვისა და მუსიკის მიმდინარეობებიდან, ისტორიების შეთხზვა და სკეტჩების დადგმა თეატრალური აქსესუარების გამოყენებით, ქართული ხალხური ზღაპრის დადგმა ჩრდილების თეატრის ტექნიკით. აღსანიშნავია, რომ თეატრის მიმდინარეობა სამივე ჯგუფთან (მე-5 და მე-6 გაერთიანდა) მათი გაერთიანებისა და მათ შორის არსებული დაძაბული დამოკიდებულების გამოსწორების მიზნით ჩატარდა.

02.10.03 – (მე-8 კლასი) პირველი სესია ძირითადად მიემდგვნა გაცნობასა და სამუშაო განრიგის ჩამოყალიბებას. მონაწილეებისათვის სრულიად მოულოდნელი და ახალი აღმოჩნდა ართ თერაპიის სესიების ჩატარების სტილი. როდესაც მათ სასკოლო მერხებს გარეთ, წრეში მოუხდათ დადგომა, ამ ფაქტმა იმდენად დააბნია, რომ ხუმრობა დაიწყეს: „აღბათ ზილინა უნდა ვიმღეროთ.“ თუმცა ყურადღების კონცენტრაციისა და ეფექტური კომუნიკაციის განმავითარებელი სავარჯიშოს ჩატარების შემდეგ მათი შეხედულება შეიცვალა. შესამჩნევი იყო ინტერესის ზრდა. აღსანიშნავია, რომ ეფექტური კომუნიკაციის უნარის განმავითარებელი სავარჯიშოს მსვლელობისას მათ შორის თვალებით კონტაქტი არ შემდგარა, რაც აუცილებელი იყო ამოცანის წარმატებული გადაწყვეტისათვის. (ჩატარდა სავარჯიშო „ოქროს კვერცხი“) მხოლოდ მითითების შემდეგ გამოასწორეს ეს „ხარვეზი“ და გაუმჯობესებაც სახეზე იყო. ასევე მონაწილეებს გაუჭირდათ გუნდური აზროვნება. ერთ-ერთი სავარჯიშოს მიზანი მდგომარეობდა იმაში, რომ ქვეჯგუფებად განაწილებულებს, მათ ერთობლივად გარკვეული რაოდენობის გეომეტრიული ფიგურები უნდა შეექმნათ. მაგრამ თითოეული ქვეჯგუფი დამოუკიდებლად ასრულებდა ამოცანას.

(მე-5, მე-6 და მე-7 კლასები) მეორე სესია მსგავსად პირველისა, ძირითადად გაცნობას და სამუშაო განრიგის ჩამოყალიბებას მიემდგვნა.

მონაწილეთა ასაკიდან გამომდინარე სესიის ჩატარება უფრო რთული აღმოჩნდა. დინამიკის თვალსაზრისით მიმდინარეობა ერთფეროვნად აღელვებული და ქოტური იყო, მაგრამ გუნდური აზროვნებისა და ყურადღების კონცენტრაციის სავარჯიშოები დამაკმაყოფილებლად ჩატარდა. გაცნობისას ბავშვებს შეეთავაზე ერთმანეთისათვის რაიმე სასიამოვნო ამბავის გაზიარება, მაგრამ უმეტესობას არ ქონდა არაფერი სათქმელი.

10.10.03 – (მე-6 კლასი) მესამე სესიის მიმდინარეობა ქოტური იყო. ჩავატარე სავარჯიშო „კაპიტანი გიხმობთ“ ღრამის მიმდინარეობიდან. ჩემი არჩევანი სწორი იყო, ვინაიდან აქტივობამ მონაწილეთა შორის გუნდური სულისკვეთება ჩამოაყალიბა და წესრიგი დაამყარა.

(მე-6, მე-7 და მე-8 კლასები) მეოთხე სესია ტარდებოდა სამ კლასთან ერთობლივად. გამოვლინდა კლასებს შორის არსებული ასაკობრივ მიუღებლობასთან დაკავშირებული კონფლიქტი. ჩატარდა გუნდის შეკვრის სავარჯიშო ღრამის მიმდინარეობიდან, მაგრამ არ იქონია შედეგი.

16.10.03 – (მე-8 კლასი) მეხუთე სესიის მსვლელობისას ძირითადად გამოყენებული იყო აუგუსტო ბოალის მეთოდი. ასაკიდან გამომდინარე მონაწილეებთან მუშაობა უფრო ადვილი აღმოჩნდა, მათ დესტრუქციულობისაკენ მიდრეკილება საერთოდ არ ქონიათ. ჩავატარე სავარჯიშო „რამდენი ‘ა’ არის ‘ა’-ში?“, ამ სავარჯიშოს მიზანია მონაწილეებმა განსხვავებული ემოციის გამოხატვა მოახდინონ. ინტენსიური დინამიკის მიუხედავად, მონაწილეების მიერ გამოხატული ემოციები ერთფეროვანი ხასიათის აღმოჩნდა. სავარჯიშო „წვიმა“ (მუსიკის მიმდინარეობიდან) დამაკმაყოფილებლად ჩატარდა. შემდეგ ჩავატარე ბოალის კიდევ ერთი სავარჯიშო – „კონკრეტული შინაარსის ასახვა რიტმში“. მონაწილეები იმპროვიზირებულად მოფიქრებული შინაარსის შესაბამის რიტმულ მონახაზებს ასრულებდნენ. განსაკუთრებით საინტერესო და აღსანიშნავი იყო სავარჯიშო „ბგერა და მოძრაობა“, რომელმაც საომარი ვითარების პროექცია განაპირობა. ორ ქვეჯგუფად დაყოფილ მონაწილეებს შემდეგი აქტივობა უნდა შეესრულებინათ: ერთი ჯგუფი ბგერებს გამოსცემს, ხოლო მეორე ამ ბგერების შესაბამის პლასტიურ გამოხატულებას ახდენს. რამოდენიმე ყოფითი სცენის გათამაშების შემდეგ, მონაწილეებმა საომარი ვითარების გახმოვანება და პლასტიური ასახვა დაიწყეს: ისინი მერხების ქვეშ იმალებოდნენ, გარბოდნენ და ცდილობდნენ ერთმანეთისათვის დახმარება აღმოეჩინათ.

სესიის დასასრულს ჩატარდა უკუკავშირი, რომლის განმავლობაშიც მონაწილეები თავიანთ შეგრძნებებზე საუბრობდნენ და სავარჯიშოების შესახებ საკუთარ აზრს გამოხატავდნენ.

(მე-5 და მე-6 კლასები) მეექვსე სესიის მსვლელობა მაღალი და მშფოთვარე დინამიკით გამოირჩეოდა. მონაწილეებს შორის სამი ჰიპერაქტიური ბავშვი აღმოჩნდა – ერთ-ერთს მოგვიანებით კუნთური დაძაბულობა (კუნთური ჯავშანი) შევატყე, მას ასევე პრობლემები ქონდა ყურადღების კონცენტრაციასთან დაკავშირებით. ჩატარდა სავარჯიშო დრამის მიმდინარეობიდან, რომლის მსვლელობისას მონაწილეები ცნობილი პიროვნებების ინტერვიუებს ათამაშებდნენ. ეს აქტივობა მნიშვნელოვანი იყო მათთვის თვითშეფასების ამოცანების თვალსაზრისით.

(მე-7 კლასი) მეშვიდე სესია მიეძღვნა ხატვის მიმდინარეობას. ჩავატარე სავარჯიშო „ინიციალები სასურველ პეიზაჟზე“. მონაწილეებს ესიამოვნათ საკუთარი თავის წარმოდგენა სასურველ ადგილას. ერთ-ერთის პეიზაჟზე, ინიციალებს შორის პალმა არის გამოსახული, რაც აფხაზეთის სიმბოლოს წარმოადგენს. სესიის მსვლელობა გამოირჩეოდა მშვიდი დინამიკით და საინტერესო განვითარებით. აუგუსტო ბოალის პროგრამიდან ჩატარდა გუნდური აზროვნებისა და კოორდინაციის განმავითარებელი სავარჯიშო „ობობას ქსელი“. მონაწილეებს იმდენად მოეწონათ ამ აქტივობის შესრულება, რომ სესიის დასასრულს სკოლის დერეფანში კიდევ ერთხელ მოგვიწია განმეორება.

23.10.03 – (მე-5 კლასი) მერვე სესიას ესწრებოდა ის სამი ჰიპერაქტიური ბავშვი, რომელთა შესახებ ზემოთ აღინიშნა. ერთ-ერთ მონაწილეს ყოველგვარი მიზეზის გარეშე ისტერიული სიცილის შეტევები ემართებოდა (როგორც ჩანს ეს მისი პიროვნული თვისება იყო, ვინაიდან რამოდენიმე წლის შემდეგ, ის „ზალიკოს სამკითხველოს“ პროექტის ჯგუფში აღმოჩნდა და ასაკის მომატების მიუხედავად, ისევ ახასიათებდა ეს თვისება). წარმოსახვის სავარჯიშოს მსვლელობისას („მარცვლიდან ყვავილის აღმოცენება“) მონაწილეების მხრიდან სათანადო დონის ყურადღების კონცენტრაციას ვერ მივაღწიე. შემდეგ ჩატარდა სავარჯიშო დრამის მიმდინარეობიდან („ტალღა“), რომლის მსვლელობისას ჰიპერაქტიური მონაწილეები ხელს უწყობდნენ დინამიკის მაღალ დონეზე შენარჩუნებას. სავარჯიშოს მიზანი კი ტალღისათვის დამახასიათებელი დინამიკის სხეულებრივ ინტერპრეტირებაში მდგომარეობდა. განმეორების შედეგად გარკვეულ ცვლილებებს მივაღწიე და შესრულება გაუმჯობესდა. შემდეგ თემიდან გამომდინარე ჩავატარე ხატვის სავარჯიშო „ტალღები და თევზები“. სავარჯიშოს მიმდინარეობისას აღმოჩნდა, რომ ერთ-ერთ ჰიპერაქტიურ ბავშვს უჭირდა ყურადღების კონცენტრაცია, სახელობრ, თვალების დახუჭვა არ შეეძლო და ასევე მას მაღალი კუნთური დაძაბულობა (კუნთური ჯავშანი)

აღენიშნებოდა. მისი ხელის ამოძრავება შეუძლებელი იყო, ხელი გაშეშებული ქონდა (მსგავს შემთხვევას რესპუბლიკური საავადმყოფოს დევნილთა კოლექტიური ცენტრის ჯგუფის მონაწილესთანაც ქონდა ადგილი). პროცესში მისი დაძაბულობის დონე კლებას განიცდიდა, მაგრამ მაინც ძალიან უჭირდა.

(მე-8 კლასი) მეცხრე სესიის განმავლობაში ძირითადად გუნდის შეკვრის სავარჯიშოები ჩატარდა. გამოვლინდა, რომ ერთ-ერთი მონაწილე დაცინვისა და დაჩაგვრის ობიექტი იყო (ხშირ შემთხვევაში დამსახურებულად), მაგრამ ბავშვებს გადაჭარბებაც ჩვეოდათ. ამ საკითხთან დაკავშირებით შედგა საუბარი, რომლის მსვლელობისას განსაკუთრებულად იყო ხაზგასმული, რომ ყველას აქვს თავისებური თვითგამოხატვის უფლება. მონაწილეებისათვის მისაღები იყო ეს დასკვნა. შემდეგ ისევ გუნდის შეკვრის სავარჯიშო ჩატარდა ამჯერად მუსიკის მიმდინარეობიდან (მარტივი აფრიკული სიმღერა მეზღვაურების შესახებ). მონაწილეებს ესამოვნათ სიმღერის შესრულება. სესია დასრულდა უკუკავშირით.

01.11.03 – (მე-8 კლასი) მეათე სესია დაიწყო არდადეგების განხილვით. მონაწილეებს არ ქონდათ არაფერი მოსაყოლი, რაც მეტყველებდა იმაზე, რომ მათ არ აქვთ შესაძლებლობა საინტერესოდ გაატარონ თავისუფალი დრო. შემდეგ ჩატარდა მარტივი მუსიკალური სავარჯიშო. ბავშვებს უჭირდათ ბგერის გამოცემა, ისინი შებოჭილად გრძნობდნენ თავს. სმენის მხრივ პრობლემა არ ქონდათ, მხოლოდ შებოჭილობა და შიში არ აძლევდათ საშუალებას, რომ გამოეცათ ბგერები. რამოდენიმე წუთის განმავლობაში მოგვიწია მუშაობა, რომ გარკვეულწილად გადაგველახა ეს პრობლემა. როდესაც ბგერის გამოცემა წრეზე მესამე, თუ მეოთხეჯერ განმეორდა, თითქმის ყველამ შესძლო გამღერება. ცენტრალური სავარჯიშო იყო აუგუსტო ბოალის „რიტმების მანქანა“. შესრულების ინსტრუქციის გაცემის შემდეგ მონაწილეებს მივეცი შესაძლებლობა, რომ თავად მოეხდინათ არჩევანი თუ რა სახის მანქანას განასახიერებდნენ. მათ საკერავი მანქანის განსახიერება მოინდომეს. მონაწილეებმა მხოლოდ ნაწილობრივ შეასრულეს სავარჯიშო: საკერავი მანქანა მხოლოდ ვიზუალურად და პლასტიურად, გახმოვანების გარეშე განასახიერეს. მათ უჭირდათ რაიმე ბგერების გამოცემა და აჟღერება. მოძრაობათა შესრულების დინამიკა სწრაფი და ნაჩქარევი იყო. შემდეგ მონაწილეებს შორის არავერბალური დიალოგის დამყარების მიზნით ისევ ბოალის სავარჯიშო „სარკე“ ჩავატარე. რთული აღმოჩნდა, რომ მხოლოდ მოძრაობაზე გაემახვილებინათ ყურადღება და შეეწყვიტათ საუბარი. ზოგადად ყურადღების კონცენტრაცია პრობლემას წარმოად-

გენს. უკუკავშირის განმავლობაში სესიის მსვლელობასთან დაკავშირებით მონაწილეთა მხრიდან მხოლოდ დადებითი შეფასებები და განწყობები იყო გამოხატული.

(მე-7 კლასი) მეთორმეტე სესია გამოირჩეოდა დინამიურობით. წარმოსახული სავარჯიშო უკავშირდებოდა ხატვის მიმდინარეობას, რომელსაც ცენტრალური დატვირთვა ქონდა ამ დღეს. მონაწილეებს უნდა შეექმნათ კომიქსი (ადამიანების, ან ცხოველების ნახატები, სადაც მათი დიალოგებიც არის ასახული) რომელიც წარმოსახვის სავარჯიშოს განმავლობაში შექმნილ ვითარებას ასახავდა. ნახატებში შემდეგი სახის შინაარსები გამოიკვეთა: (1) ორი ვირი ტლინკაობს. ერთი მისი დამთრგუნველია, ხოლო მეორე დახმარებას ითხოვს. (2) ორი მოქმედი პირია გამოსახული, ერთი ცეკვავს, ხოლო მეორე ითხოვს, რომ თავი გაანებონ. (3) მელია და კურდღელი არის გამოსახული. კურდღელი ბოსტანისაკენ იყურება და სტაფილოს დანახვა უხარია, მელია კი მის ზურგს უკან დგას და ასევე უხარია, რომ მისი „საჭმელი“ ახლოს არის. (4) ძალიან ბევრი პერსონაჟია გამოსახული და ყველას განსაკუთრებულად აქვს გამოკვეთილი ფეხები (უფრო მუქი ფერით არის დახატული). ყველანი კარგად დარბიან და ერთმანეთს ეჯიბრებიან: ზოგს ყველაზე კარგი სპორტული ფეხსაცმელი აქვს, ზოგს კი ყველაზე კარგად შეუძლია სირბილი და მალა ახტომა.

13.11.03 – (მე-5 და მე-6 კლასები) მეთორმეტე სესიაზე გაირკვა, რომ მე-5 და მე-6 კლასები გაერთიანდებოდნენ ერთ ჯგუფად და ერთად დაესწრებოდნენ სესიებს სასკოლო მეცადინეობის განრიგისა და მიახლოებული ზამთრის გამო. დასაწყისში ჩავატარე აფრიკული სიმღერა, რომელსაც მისაღმების დანიშნულება აქვს. ამ ჯგუფშიც ბავშვებს უჭირთ ბგერის გამოცემა. ვინაიდან ეს ძალიან დიდ პრობლემას წარმოადგენდა მათთვის, ვთხოვე, რომ მხოლოდ რიტმის შენარჩუნებით გაემეორებინათ სიმღერის სიტყვები. მუსიკალური სავარჯიშო („წყალქვეშა სამყარო“) ვერ შესრულდა სათანადოდ. მონაწილეებს ძალიან გაუჭირდათ შესაბამისი ბგერების წარმოსახვა და შემდეგ მათი იმიტირება.

(მე-8 კლასი) მეცამეტე სესია საინტერესო იყო დინამიკისა და შესრულებული სავარჯიშოების თვალსაზრისით. თავდაპირველად ჩავატარე ბოალის სავარჯიშო „რვაფეხა“, რომელიც ხელს უწყობს გუნდური კოორდინაციის განვითარებას და მჭიდრო, მხარდაჭერითი-თანამშრომლური ურთიერთობების დამყარებას. მონაწილეები იმდენად აზარტულად და ხალისით ასრულებდნენ მას, რომ ერთ-ერთი წაიქცა კიდეც. შემდეგი სავარჯიშო იყო ისევ ბოალის „შემთხვევითი შეხვედრის გათამაშება“.

ძალიან დინამიურად და მრავალფეროვნად ჩატარდა. ამ აქტივობიდან გამომდინარე ბავშვებმა ინტერესი გამოთქვეს სცენარის შექმნასთან დაკავშირებით. იმ მონაწილეს, რომელიც ხშირად იჩაგრებოდა დანარჩენების მხრიდან, გამბედაობა ეყო, რომ შეყვარებულის როლი ეთამაშა. (იმ დღეს ის ერთადერთი ბიჭი იყო ჯგუფში).

(მე-7 კლასი) მეთოთხმეტე სესია დავიწყე ბოალის წარმოსახვის განმავითარებელი სავარჯიშოთი „თოვლის ატმოსფერო“. შესრულების დინამიკა საინტერესო იყო: თავდაპირველად მონაწილეებს არ მოსდიოდათ იდეა, თუ რა ფორმები შეიძლებოდა შეექმნათ. რამოდენიმე წუთის შემდეგ ერთ-ერთ მათგანს მოაფიქრდა და შეასრულა კიდეც, შემდეგ მეორემ, მესამემ და ბოლოს იდეების ნაკადი უწყვეტი იყო. მომიწია სავარჯიშოს შეწყვეტა, რომ ისტორიის შეთხზვის აქტივობისათვის დრო დარჩენილიყო. ამ სავარჯიშოს შედეგად შეიქმნა ზღაპარი „თეთრი ფრთები“.

27.11.03 – (მე-5 და მე-6 კლასები) მეთხუთმეტე სესია დაიწყო წარმოსახული, გამახურებელი სავარჯიშოთი „საღეჭი“. ბავშვებს იმდენად ესიამოვნათ ეს აქტივობა, რომ შემდეგ თავიანთ საყვარელ საღეჭზე დაიწყეს საუბარი. გარკვეული დროის განმავლობაში შესაძლებლობა მიეცემა, რომ ჩემთვის გაეზიარებინათ ინფორმაცია მათი საყვარელი საღეჭების შესახებ. შემდეგ დავიწყეთ მუშაობა ისტორიის შექმნაზე. სასკოლო ღირეულების თხზვიდან გამომდინარე საახალწლო წარმოდგენაზე სპექტაკლის დადგმა უნდა გაგვეზოციელებინა. „გონებრივი იერიშის“ მეთოდით ისტორიის დასახელების შესაძლო ვარიანტები მოვიფიქრეთ და შეეთანხმდით, რომ საუკეთესოა „სურვილების ფერია“. დასახელებიდან გამომდინარე ეს იქნება ზღაპარი. სესიის მსვლელობისას არასასიამოვნო ვითარება შეიქმნა: მე-8 კლასის მონაწილეებს გაუცდათ გაკვეთილი და სესიაზე დასწრების სურვილი გამოთქვეს. ვინაიდან მცირეწლოვანი ჯგუფის წევრებს ახსოვდათ მათი დამოკიდებულება, პროტესტი გამოხატეს და ერთ-ერთმა წასვლაც კი დააპირა. ამიტომ მე-8 კლასელებს მოუწიათ ლოდინი. მეორეს მხრივ ამ ინციდენტმა ამოწურა მათ შორის არსებული კონფლიქტის სიმწვავე და მას შემდეგ არ შემიმჩნევია, რომ ისეთივე დაძაბული ყოფილიყო მცირეწლოვანთა და მოზარდთა ურთიერთობები.

(მე-8 კლასი) მეთექვსმეტე სესია დავიწყე მუსიკალური სავარჯიშოთი „ლაბირინთი“. მონაწილეებისათვის ერთგვარი აზარტის მომგვრელი იყო ის გარემოება, რომ მათ დაბრკოლების გადალახვა შეუძლიათ და ამიტომ ყველას მოუნდა გამოეცადა თავი. ვიფიქრე, რომ ბოლო მონაწილე სრულიად ცარიელ, დაბრკოლებების არ მქონე სივრცეში გამეშვა. უკანასკნელისათვის განსაკუთრებით სასიამოვნო იყო ამ სავარ-

ჯიმოს შესრულება, ვინაიდან მისი ყოველი ნაბიჯი „მართებული“ აღმოჩნდა. სესიის მეორე ნახევარი მიეძღვნა საუბარს გარემოს შესახებ, რაც შესავალს წარმოადგენდა ფოტო-კოლაჟის შესრულებისათვის.

(მე-7 კლასი) მეჩვიდმეტე სესია დაიწყო წარმოდგენისათვის ისტორიის დასახელების შერჩევით. „გონებრივი იერიშის“ მეთოდით შესაძლო დასახელებები ჩამოყალიბდა და არჩევანი შევაჩერეთ „ჯადოსნურ ფიფქებზე“. ამ ჯგუფთანაც ზღაპარი გათამაშდება. შემდეგ სესიის დინამიზაციის ამოცანების მიზნით ჩავატარე ბოლის სავარჯიშო „რიტმისა და მოძრაობის რაუნდი“. მონაწილეები სიამოვნებით ასრულებდნენ მოძრაობებს, თითოეულ მათგანს ამოძრავებდა აზარტული სურვილი გამხდარიყო ლიდერი.

03.12.03 – (მე-8 კლასი) მეთვრამეტე სესია ძალიან დინამიურად მიმდინარეობდა. ჩავატარე ბოლის „მოქანდაკე-ქანდაკების“ სავარჯიშოების სერია. მონაწილეებს ესიამოვნათ ერთმანეთის „გამოძერწვის“ შესაძლებლობა რომ მიენიჭათ. წყვილებში მუშაობის შემდეგ ჩავატარე „ერთიანი ქანდაკების“ სავარჯიშო. წარმოსახვის უნარი და არავერბალური კომუნიკაცია შედგა. თუმცა ზოგიერთ წყვილებს შორის ნაკლებად. შემდეგ ჩავატარე ხატვის სავარჯიშო, რომლის თემას წარმოადგენდა წინა სესიაზე განხილული გარემოს ასახვა ნახატებში. თავდაპირველად მონაწილეებს გაუჭირდათ, მაგრამ ინსტრუქციის გაცემის შემდეგ, რომლის თანახმად მათ შეეძლოთ გარემოში არსებული ნებისმიერი დეტალის დახატვა, ზოგიერთმა დაიწყო და ბოლოს აღმოჩნდა, რომ ყველანი ხატავდნენ.

(მე-7 კლასი) მეცხრამეტე სესიაზე მხოლოდ ხატვის სავარჯიშო ჩავატარე. მონაწილეებმა არასტანდარტული ფორმის ფიფქები დახატეს და შემდეგ ამოჭრეს ნახატები. ფიფქი მათი ზღაპრის მთავარი პერსონაჟი იქნება.

04.12.03 – (მე-5 და მე-6 კლასები) მეოცე სესია დავიწყე მუსიკალური სავარჯიშოთი. მონაწილეებს უხაროდათ სიმღერა და განსაკუთრებით ის, რომ რიტმიდან გამომდინარე, გარკვეული დროის მონაკვეთში ჯგუფის მიერ ჩამოყალიბებული წრისათვის უნდა შემოერბინათ და ისევ თავის ადგილზე დაბრუნებულიყვნენ. ბერის გამოცემასთან დაკავშირებული შებოჭილობა თითქმის აღარ აწუხებდათ. ზოგიერთი ბიჭი არ მღეროდა, მათ ერჩივნათ მხოლოდ მოძრაობა. მიუხედავად იმისა, რომ ბავშვები გაგრძელებას ითხოვდნენ, დროში შეზღუდულობის გამო სავარჯიშო სწრაფად დავასრულეთ. შემდეგ ჩავატარე ხატვის სავარჯიშო. მონაწილეებმა მათ მიერ შექმნილი ზღაპრის პერ-

სონაჟები დახატეს. ერთ-ერთს ძალიან უჭირდა ხატვის დაწყება, ის დარწმუნებული იყო, რომ არაფერი არ გამოუვიდოდა. მასთან განცალკევებულად მომიწია მუშაობა. მარტივი მეთოდი გამოვიყენე: მას შემდეგ რაც ჩამოყალიბდა თუ რას დახატავდა, ეთხოვე პირველი ხაზი გაეწვლო. პირველი ცდის შემდეგ უკუკავშირი მივეცი და შევაქე. შემდეგ დაამატა – ისევ უკუკავშირი და შექება მიიღო. ბოლოს კარგი ნახატი გამოუვიდა. ძალიან ბედნიერი და კმაყოფილი დარჩა, თვითშეფასება აუმაღლდა. მთლიანობაში შეიძლება ითქვას, რომ ყველა ჯგუფთან მუშაობისას სესიების დინამიკისა და მონაწილეთა ინტერაქციის პროცესში გაუმჯობესება იგრძნობოდა.

(მე-8 კლასი) ოცდამეერთე სესიაზე როდესაც ბოალის მოქანდაკე-ქანდაკების სავარჯიშოს შესრულება შევთავაზე, მონაწილეებმა პროტესტი განაცხადეს. მათ არ სურდათ შესრულებული სავარჯიშოს განმეორება, მაგრამ როდესაც ავუხსენი, რომ განსხვავებული ვარიანტი უნდა ჩატარდეს, დამთანხმდნენ. ამჯერად ჩავატარე „რამოდენიმე ადამიანისაგან შემდგარი ქანდაკება“. მონაწილეები ქვეჯგუფებად დავყავი, თითოეულს ერთი მოქანდაკე ყავდა, რომელსაც ქანდაკების შექმნის შემდეგ, რომელიმე მონაწილეს ადგილი უნდა დაეკავებინა. უკანასკნელი მოქანდაკე ხდება და შექმნილ ქანდაკებაზე „საპასუხო“ ვარიანტს ასრულებს. მონაწილეთა დაყოფის შედეგად რამოდენიმე ქვეჯგუფი გამოვიდა. სავარჯიშო დინამიურად ჩატარდა, მხოლოდ ერთ ქვეჯგუფში ნაკლებად ეფექტური შედეგები მიიღეს. ერთ-ერთ მონაწილეს არ ესიამოვნა სავარჯიშოს შესრულება, ხოლო მეორე არ ემორჩილებოდა მოქანდაკეს. როდესაც შევეცადე, რომ მიზეზი გამერკვია, უპასუხოდ დავრჩი. შემდეგ ისევ ბოალის სავარჯიშო „მსხვერპლი და მონადირე“ ჩავატარე. მონაწილეებს ესიამოვნათ, ვინაიდან დინამიკა მაღალი იყო და სავარჯიშომ გადაახალისა ის სტატიური მდგომარეობა, რომელიც „მოქანდაკე-ქანდაკების“ დროს უნდა შეენარჩუნებინათ. სანამ მოთხრობის შექმნას დავიწყებდით, ორ მონაწილეს შორის მსუბუქი კონფლიქტი განვითარდა, რომელიც ჯერ კიდევ „მოქანდაკე-ქანდაკების“ შესრულებისას იყო შესამჩნევი. შესაძლოა სწორედ ამის გამო არ ესიამოვნათ სავარჯიშოს მსვლელობა. შესაძლებლობა მივეცი ბოლომდე გაერჩიათ სადაო საკითხი და შემდეგ მოთხრობის შექმნა დავიწყეთ. მოზარდებმა სურვილი გამოთქვეს შეექმნათ დეტექტიური ისტორია, რომელშიც შემდეგი პერსონაჟები მიიღებდნენ მონაწილეობას: სამი მეგობარი, ქურდი, ყურნალისტი, გამომძიებელი, ფოტოგრაფი და მოწმე.

(მე-7 კლასი) ოცდამეორე სესია გამოირჩეოდა დინამიურობითა და

საინტერესო შედეგებით. დავიწყე მუსიკალური სავარჯიშოებით. პირველი სავარჯიშოს დანიშნულება მდგომარეობდა სმენის განვითარებასა და გუნდის შეკვრაში. ამჯერად მონაწილეები თავისუფლად გამოსცემდნენ ბგერებს. მეორე სავარჯიშოს შედეგად შეიქმნა საინტერესო მუსიკალური კომპოზიცია. მონაწილეებს ესაძმონათ და კმაყოფილები დარჩნენ შედეგით. მათ ვერ წარმოედგინათ, რომ მხოლოდ ეოკალით და მარტივი ინსტრუმენტებით რაიმე მუსიკის შექმნა იქნებოდა შესაძლებელი. ვინაიდან რამოდენიმე მონაწილე არ ესწრებოდა იმ სესიას, როდესაც „ფორმების შექმნის“ სავარჯიშო ჩავატარე, გადავწყვიტე განმეორება. ძალიან საინტერესო ფორმები შეიქმნა. შემდეგ ჩავატარე ხატვის სავარჯიშო. მონაწილეებს ერთმანეთის კარიკატურები უნდა დაეხატათ. თითოეულმა ძალიან ზუსტად დაიჭირა და ასახა ის განსაკუთრებულობა, რომელიც ამა თუ იმ მონაწილეს გარეგნობას ახასიათებდა. დასასრულს ჩავატარე ბოალის ყურადღების კონცენტრაციის უნარის განმავითარებელი სავარჯიშო „ბებიას საძილე ფეხსაცმელები“. ბავშვებისათვის იმდენად აზარტული და საინტერესო იყო ეს პროცესი, რომ სიცივისა და სესიის მიმდინარეობის გაგრძელების მიუხედავად ისევ და ისევ განმეორებას ითხოვდნენ.

10.12.03 – (მე-5 და მე-6 კლასები) ოცდამესამე სესია დავიწყე მუსიკალური კომპოზიციის შექმნით. ჩავატარე სავარჯიშო „განსხვავებული სიმაღლის ბგერების გადაცემა“. თავდაპირველად მონაწილეებს ეცინებოდათ, მაგრამ დასასრულს მოკლე მუსიკალური კომპოზიცია შეიქმნა და ყველანი მიხვდნენ, რომ „სერიოზულ“ საქმეს ვაკეთებდით. სესიის დარჩენილი დრო მიეძღვნა „ისტორიის შეთხზვის“ სავარჯიშოს. განსაკუთრებით მნიშვნელოვანი იყო დასაწყისი: როდესაც მონაწილეები ერთმანეთს უთანხმდებოდნენ თუ რომელ დროში უნდა განვითარდეს ზღაპარი. ერთი მონაწილის გარდა, რომელსაც აწმყო სურდა, ყველანი თანახმანი იყვნენ წარსულზე. ვინაიდან თხოვნის იგნორირება ნეგატიურ ზეგავლენას იქონიებდა მასზე, ჯგუფს შევთავაზე „კომბინირებული“ ვარიანტი: ისტორიის ნაწილი ვითარდება წარსულში და შემდეგ გარკვეული ნაწილი აწმყოში. მონაწილეები დამთანხმდნენ, თუმცა სავარჯიშოს მსვლელობისას არავის არ გახსენებია ეს შეთანხმება, ზღაპარი მიმდინარეობდა მხოლოდ წარსულში.

(მე-7 კლასი) ოცდამეოთხე სესია დავიწყე ბოალის სავარჯიშოთი „რიტმული დიალოგი ჯგუფებს შორის“. ორ ქვეჯგუფად დაყოფილ მონაწილეებს შორის საინტერესო, არავერბალური რიტმული დიალოგი შედგა. ერთ-ერთ მონაწილეს უჭირდა აზრების გადმოცემა რიტმში,

მაგრამ ამ გარემოებამ თავისებური განსხვავებულობა შემოიტანა სავარჯიშოს მიმდინარეობაში. შემდეგ ისევ ბოალის ტექნიკა გამოვიყენე და ჩავატარე სავარჯიშო „აზრის გადმოცემა პლასტიკაში“. მონაწილეებმა შექმნილი ზღაპარი პლასტიკაში შეასრულეს. შესრულება ძალიან გამომსახველი და ღინამიური იყო.

11.12.03 – (მე-5 და მე-6 კლასები) ოცდამეხუთე სესიაზე მხოლოდ ზღაპრის პლასტიურ დადგმაზე ვიმუშავეთ, ვინაიდან ძალიან ციოდა. სესიის დასასრულს პროდუქტიული შედეგი მივიღეთ, ზღაპარი მთლიანად იყო ასახული პლასტიკაში. სრულფასოვნების მინიჭებისათვის დადგმას მუსიკალური გახმოვანება აკლდა.

(მე-7 კლასი) ოცდამეხუთე სესია მიემდგნა ზღაპრის მუსიკალურ გახმოვანებას. მონაწილეები ძალიან მონდომებულები იყვნენ, რომ კარგი კომპოზიციები გამოსულიყო. ცოტათი ერთფეროვანი სტილის გახმოვანება გამოვიდა, რაც განპირობებული იყო მუსიკალური ინსტრუმენტებით. სესიის დასასრულს დადგმა მთხრობელის მონოლოგის თანხლებით შესრულდა. შედეგი ეფექტური იყო.

19.12.03 – (მე-8 კლასი) ოცდამეცხრე სესიაზე შეიქმნა დეტექტიური სიუჟეტის მქონე ისტორია. შემდეგ მონაწილეებმა დადგმა დიალოგების გამოყენებით გაათამაშეს. მათ არ სურდათ ისტორიის პლასტიური ასახვა და შევთანხმდით, რომ ეს იქნებოდა ჩვეულებრივი თეატრალური დადგმა.

(მე-5 და მე-6 კლასები) ოცდამეათე სესია მიემდგნა ზღაპრის პლასტიური დადგმის გახმოვანებას.

(მე-7 კლასი) ოცდამეთერთმეტე სესიაზე გავიმეორეთ დადგმული ზღაპარი და მცირედი ცვლილებები შევიტანეთ მუსიკალურ გახმოვანებაში. კერძოდ, რამოდენიმე ახალი და განსხვავებული ტემბრის მქონე ინსტრუმენტები დავამატეთ, რამაც უფრო მეტი ელფერი შემატა მუსიკალურ კომპოზიციას.

27.12.03 – ჩატარებული სამუშაოები შეჯამდა საახალწლო წარმოდგენის სახით. მონაწილეები გამოთქვამდნენ სესიების გაგრძელების სურვილს და ერთმანეთს დავემშვიდობეთ იმ პირობით, რომ იანვარში კვლავ შევხვდებოდით.

2004 წლის იანვარი და თებერვალი მიემდგნა სამუშაო განრიგისა და ხელოვნების თერაპიის სესიების ახალი პროგრამის ჩამოყალიბებას. გეგმის მიხედვით სასწავლო წლის დასასრულს უნდა ჩატარებულიყო გამოფენა: ყოველი ჯგუფი გააკეთებდა პაპიამაშას თოჯინებს, პერსონაჟები კი ერთი

ისტორიის მოქმედი პირები იქნებოდნენ. გარდა ამისა ჩრდილების თეატრის ტექნიკის გამოყენებით თითოეული ჯგუფი განახორციელებდა განსხვავებული ქართული ზღაპრების თეატრალურ დადგმას.

17.03.04 – (მე-8 კლასი) ოცდამეთორმეტე სესიაზე გვესწრებოდა War Child Netherlands-ის რეგიონალური კოორდინატორი Cathy O'Grady, რომელმაც აღნიშნა, რომ ბავშვების ჩართულობა პროცესში მაღალია და მათი დამოკიდებულება სესიის შინაარსის მიმართ არის ძალიან პოზიტიური. სესია მიეძღვნა ქართული ხალხური ზღაპრის შერჩევას, მონაწილეებმა უპირატესობა მიანიჭეს ზღაპარს „რწყილი და ჭიანჭველა“. შემდეგ გადავანაწილეთ როლები და მოვიფიქრეთ თუ რა ტექნიკით იქნება შესრულებული ესა თუ ის პერსონაჟი ან ლეკორაცია ჩრდილების სახით.

13.04.04 – (მე-7 კლასი) ოცდამეცამეტე სესია პროდუქტიული იყო. ჯგუფმა აირჩია ზღაპარი „მგლის ბერად შედგომა“. ერთ-ერთმა მონაწილემ, რომელიც გამოირჩევა მხატვრული ნიჭით, მიზნად დაისახა, რომ მისი ჯგუფი ყველაზე კარგად წარდგეს წარმოდგენაზე. მან პერსონაჟების პორტრეტები დახატა და ყველას შესთავაზა, რომ მხოლოდ პროფილები გამოჩნდეს ეკრანზე, ენაიდან ზღაპრის შინაარსი ძირითადად ღიალოგებითა და ფიქრებით იყო გადმოცემული. მონაწილეები დათანხმდნენ მას და ძალიან დიდი ენთუზიაზმითა და შთაგონებით დაიწყეს პორტრეტების ამოჭრა.

14.04.04 – (მე-8 კლასი) ოცდამეთოთხმეტე სესია მხოლოდ გამოფენისათვის მზადების ტექნიკურ მხარეს მიეძღვნა. აღსანიშნავია, რომ თოჯინების გაკეთება არც ერთ ჯგუფს არ სურდა მე-7 კლასის გარდა. როდესაც პაპიამაშას საფუძველი იკვებოდა, რომელიმე მონაწილე ბუშტს ხეთქავდა და აქტივობა ჩაშლილი იყო. შესაძლებელია ეს სწორედ იმ ფაქტის გამო იყო განპირობებული, რომ მონაწილეებმა იცოდნენ რისთვისაც გვქონდა დაგეგმილი ეს პროექტი: მე-7 კლასს უნდა გაეკეთებინა მეკობრე, მე-5 და მე-6 კლასებს აბორიგენი, ხოლო მე-8 კლასს ჟანდარმი. პერსონაჟები უნდა გაერთიანებულიყვნენ ერთ სიუჟეტში – ჟანდარმი მეკობრეს უთვალთვალებს, ხოლო უკანასკნელი განძის ძიებისას უკაცრიელ კუნძულზე აბორიგენს ხვდება. აბორიგენმა იცის განძის ადგილმდებარეობა, ამიტომ მეკობრე ცდილობს მასთან ურთიერთობის დამყარებას და ამასთანავე ჟანდარმს უნდა დააღწიოს თავი. მიუხედავად იმისა, რომ თითოეული ჯგუფის მონაწილეები დაინტერესებულები იყვნენ ამ პროექტით, მისი განხორციელების მიმართ რეზისტენტობა შეიმჩნეოდა. მას შემდეგ რაც პაპიამაშას თოჯინას

გაკეთება საბოლოოდ ჩაიშალა, ვინაიდან მონაწილეებმა ყველა ბუშტი გახეთქეს, შევთავაზე ჩრდილების თეატრის პერსონაჟებზე გვემუშავა. ამ აქტივობაში მონაწილეების ჩართულობა ძალიან მაღალი იყო.

(მე-5, მე-6 და მე-7 კლასები) ოცდამეთხუთმეტე სესიაზე გაერთიანებული იყო სამი ჯგუფი, ვინაიდან მე-7 კლასის მონაწილეები ძალიან მონდომებულები აღმოჩნდნენ და ფიზკულტურის გაკვეთილიდან დროზე ადრე გამოვიდნენ. სესია ძალიან დინამიური, ბავშვების ჩართულობა მაქსიმალურად მაღალი, ხოლო აქტივობებისადმი მათი დამოკიდებულება სერიოზული იყო. მე-5 და მე-6 კლასთან ვმუშაობდი ზღაპრის შერჩევაზე, ხოლო მე-7 კლასის მონაწილეების აქტივობა პაპიამაშას თოჯინას გაუმჯობესებაზე და ჩრდილების თეატრის პორტრეტების დახვეწაზე იყო მიმართული. აღსანიშნავია, რომ ყურადღების კონცენტრაციის თვალსაზრისით მკვეთრი სხვაობა შეიმჩნეოდა. ბავშვების ჩართულობა თოჯინაზე მუშაობისას იყო ძალიან მაღალი. ხოლო პორტრეტების ამოჭრისას ერთ-ერთ მათგანს მთხრობელის გამოჩენის ორიგინალური და საინტერესო იდეა გაუჩნდა: მან მონაწილეებს შესთავაზა, რომ მთხრობელის ფიგურა დანარჩენ პორტრეტებთან შედარებით მცირე იყოს. მისი ხედვით ეს უნდა ყოფილიყო წრუწუნა, რომელსაც ხელში გრაგნილი ექნება და ზღაპარს წაიკითხავს. წრუწუნას ფიგურა ეკრანზე ყოველთვის უნდა ყოფილიყო გამოჩენილი და მხოლოდ მაშინ უნდა ამოძრავებულყო, როდესაც მთხრობელი ამტკყველდებოდა. დანარჩენები კმაყოფილი დარჩნენ ამ იდეით და გახარებულებმა პორტრეტების ამოჭრა განაგრძეს. მე-5 და მე-6 კლასებმა შეარჩიეს ზღაპარი „გიჟი და ჭკვიანი ძმების ამბავი“, რის შემდეგაც მათ შორის როლები გადავანაწილეთ.

21.04.04 – (მე-8 კლასი) ოცდამეთექვსმეტე სესია მიემდვნა პაპიამაშას თოჯინას გაკეთებას. მონაწილეებს შორის თანამშრომლური ურთიერთობების გაღრმავება იგრძნობოდა, ისინი კონსტრუქციულები იყვნენ ერთმანეთის მიმართ. თუმცა შედეგზე ეს წინსვლა არ აისახა, რადგან თოჯინა გაურკვეველი მიზეზების გამო ისევ არ გამოვიდა. აღსანიშნავია, რომ მკვეთრად გაუმჯობესდა მონაწილეთა დამოკიდებულება იმ ბიჭის მიმართ, რომელიც ყოველთვის დაჩაგვრის ობიექტი იყო. მიუხედავად იმისა, რომ ამ გარემოების გამო სესიებზე ხშირად მისთვის არასასიამოვნო ვითარება იქმნებოდა, ის მაინც ყოველთვის ძალიან აქტიურად ესწრებოდა და ცდილობდა თავისი წვლილი შეეტანა აქტივობებში. ამჯერად სწორედ მისი მოტანილი იყო გაზეთები პაპიამაშას თოჯინასათვის.

22.04.04 – (მე-5 და მე-6 კლასები) ოცდამეჩვიდმეტე სესიაზე სტატიური აქტივობები ჩატარდა. ერთ-ერთმა მონაწილემ „გივი და ჭკვიანი ძმების ამბავი“ მოყვა მათთვის ვინც ზღაპრის შერჩევის სესიას არ ესწრებოდა. შემდეგ პერსონაჟების ხატვა დაეწყო. როგორც ზემოთ იყო აღნიშნული, ამ ჯგუფის ერთ-ერთ წევრს უჭირდა ხატვის დაწყება. ამჯერად ის გულმოდგინედ მუშაობდა, ისევ იძაბებოდა, მაგრამ ხატვის დაწყების გაბედულება ყოფნიდა. აქტივობის მსვლელობისას შეიმჩნეოდა, რომ შეცდომის დაშვების ეშინოდა: მაშინაც კი, როდესაც ნახატი „შავ ფურცელზე“ უკვე შესრულებული ქონდა, უჭირდა მისი „გადათეთრება“.

29.04.04 – (მე-5 და მე-6 კლასები) ოცდამეთვრამეტე სესია გამოირჩეოდა დინამიურობით. დროში შეზღუდულობიდან გამომდინარე აქტივობები ძალიან ეფექტურად ჩატარდა. მაღალი იყო მონაწილეების იმპროვიზაციულობის დონე. ისევ ზღაპრის პერსონაჟების პორტრეტებზე ვმუშაობდით. ერთ-ერთმა მონაწილემ სიზარმაცე, ხოლო მეორემ შემოქმედებითობა გამოავლინა. ძალიან რთული იყო პირველის დაყოლიება რომელიმე პერსონაჟის ან ლეკორაციის დახატვაზე, ხოლო მეორე ნებისმიერი სიახლისათვის იყო ღია, ის ენთუზიაზმით იყო განწყობილი ხატვისადმი. ზოგადად შეიძლება აღინიშნოს, რომ მონაწილეები კომფორტულად გრძნობდნენ თავს სესიებზე და შემოსვლა ეჩქარებოდათ. ერთ-ერთმა მე-7 კლასის მონაწილემ დასწრების სურვილი გამოთქვა და თავის უმცროს მეგობრებს ხატვის პროცესში დაეხმარა. მცირეწლოვანთა მხრიდან მის დასწრებასთან დაკავშირებით პროტესტი არ იყო გამოხატული. აღსანიშნავია, რომ ის მონაწილე, რომელსაც პრობლემები ქონდა ხატვის დაწყებასთან დაკავშირებით ამ დღეს ძალიან გულმოდგინედ და ჩართულად მუშაობდა. ასევე შეიმჩნეოდა, რომ მისი დაძაბულობისა და შფოთვის დონემაც (წარუმატებლობის შიში იგულისხმება) დაიკლო.

18.05.04 – (მე-7 კლასი) ოცდამეცხრამეტე სესიაზე ჩრდილების თეატრის დადგმაზე ვიმუშავე. მონაწილეები თავიანთ პერსონაჟებს ათამაშებდნენ. დიალოგები მათი სურვილიდან გამომდინარე იმპროვიზირებულად გამდიდრდა. პასუხისმგებლობისა და ჩართულობის დონე იყო ძალიან მაღალი. მონაწილეები მოტივირებულნი იყვნენ წარმოდგენაზე თავიანთი კლასი კარგად წარმოეჩინათ.

19.05.04 – (მე-8 კლასი) მეორმოცე სესია ჩრდილების თეატრის დადგმაზე მუშაობას მიეძღვნა. აღსანიშნავია, რომ როლიდან გამომდინარე (რწყილი) კლასის ყველაზე პასიური მონაწილე გააქტიურდა. მას თავისი შემოქმედებითი პოტენციალის გამოხატვის შესაძლებლობა მიეცა.

აქტიუობაში ჩართულობის დონე ამ კლასთანაც ძალიან მაღალი იყო.

28.05.04 – (მე-7 კლასი) ორმოცდამეერთე სესია იყო ბოლო შეხვედრა დასკვნით წარმოდგენამდე. ძირითადად ვიმუშავეთ ჩრდილების თეატრის დადგმაზე. მონაწილეებმა გააუმჯობესეს დიალოგები, დაამატეს თანამედროვე გამოთქმები, აქედან გამომდინარე ზღაპარს ნაკლებად ახასიათებდა არქაულობა. აღსანიშნავია, რომ მთხრობელმა პასუხისმგებლობის გამოხატულების ნიშნად ზღაპრის ტექსტი მისივე სიტყვებით „ცხრაჯერ“ წაიკითხა.

01.06.04 – ჩრდილების თეატრის წარმოდგენის დღე. ვინაიდან ბავშვთა დაცვის დღის აღსანიშნავად მონაწილეებს გარკვეულ ღონისძიებებზე უწევდათ წასვლა წარმოდგენა ძალიან სწრაფად, მაგრამ ეფექტურად ჩატარდა. წარმოდგენის შემდეგ მივიღე პოზიტიური უკუკავშირი დირექციისაგან, თავად დირექტორი მზაობას გამოთქვამდა მომავალ თანამშრომლობასთან დაკავშირებით და აღნიშნა, რომ ეს სამუშაო მნიშვნელოვანი იყო ბავშვებისათვის.

რესპუბლიკური საავადმყოფოს დევნილთა კოლექტიური ცენტრის
ჯგუფთან ჩატარებული შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიები

16.04.05 – 21.06.05

რესპუბლიკური საავადმყოფოს დევნილთა კოლექტიური ცენტრი განსაკუთრებულად დამთრგუნველი პირობებით გამოირჩეოდა. ბავშვებს ყოველდღიურად არასასიამოვნო ვითარებაში უწევდათ ყოფნა, რაც მათთვის ერთგვარ რუტინად იქცა – მძიმე ავადმყოფებისა და მათი ოჯახის წევრების განცდები, ასევე საავადმყოფოსათვის დამახასიათებელი სპეციფიური სუნი – ყველაფერი ეს მნიშვნელოვან ზეგავლენას ახდენდა მათ ფსიქიკაზე. ადგილმდებარეობიდან გამომდინარე („არგუო“-ს ოფისი კოლექტიურ ცენტრთან ახლოს მდებარეობდა) და ასევე იმ მიზნით, რომ ბავშვებს თუნდაც ერთი საათის განმავლობაში შედარებით სასიამოვნო გარემოში ყოფნის შესაძლებლობა მისცემოდათ, გადაწყდა, რომ სესიები ჩატარებულიყო „არგუო“-ს ოფისში. ეს იყო პირველი შემთხვევა როდესაც სავსე საშუალო ოფისში განხორციელდა.

რეკრუტირების პროცესი დაიწყო ორი თვით ადრე. ამ დროის განმავლობაში შესაძლებლობა მომეცა ურთიერთობა დამემყარებინა მომავალი მონაწილეების მშობლებთან და წარმოდგენა შემექმნა ბავშვების ზოგადი ფსიქოლოგიური მდგომარეობის შესახებ: ეს იყო ერთ-ერთი რთული ჯგუფი ჩემს პრაქტიკაში. ბავშვების უმეტესობა ჰიპერაქტიურობითა და აგრესიულობით გამოირჩეოდა, რაც გამოვლინდა იმაში, რომ პირველი ორი სესიის განმავლობაში ძალიან რთული იყო ნებისმიერი აქტივობის განხორციელება. სესიების მიმდინარეობა ქაოტურებით ხასიათდებოდა, ხოლო მთელი საშუალო პროცესის (ორი თვის) განმავლობაში, ბავშვებს შორის ხშირი იყო მწვავე კონფლიქტებიც. ამგვარი უსიამოვნო ვითარებებისაგან თავის დაღწევის მიზნით, ვცდილობდი მკაცრად დამეცვა მუშაობის წესები და შემოვიღე საქციელის შეფასების მარტივი სისტემა – პოზიტიური საქციელი ფასდებოდა მომდომარე სახით, ნეგატიური კი მოწყენილით.

ბავშვებისათვის ძალიან სასიამოვნო და მნიშვნელოვანი იყო შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიებზე დასწრება. საშუალოების დასრულების შემდეგ, მანამ, სანამ დევნილები ცენტრიდან არ გაასახლეს, ბავშვები ხშირად მოდიოდნენ ოფისში და ითხოვდნენ საშუალოების განახლებას.

13-დან 16 წლამდე მოზარდთა არასაკმარისი რაოდენობის გამო ჯგუფის ასაკობრივი კატეგორია შერეული იყო. პროგრამა მოიცავდა

ხელოვნების განსხვავებულ მიმდინარეობებს: მუსიკას, ხატვას, მარტივი თოჯინების შექმნას, ისტორიების შეთხზვას, ჩრდილების თეატრის ტექნიკებს, სცენარის შექმნასა და ანიმაციას (ამ მიმდინარეობის განხორციელების პირველი შემთხვევა). მათ შორის წამყვანი მიმდინარეობები იყო ჩრდილების თეატრი, თოჯინების შექმნა, ისტორიის შეთხზვა და ანიმაცია. აღსანიშნავია, რომ ზემოთ ჩამოთვლილი მიმდინარეობები კომბინირებულად გამოიყენებოდა. ბავშვების პრობლემებიდან გამომდინარე (ჰიპერაქტიურობა და აგრესიულობა) უდიდესი მნიშვნელობის მქონე იყო მუშაობა გუნდის შექცევაზე. დასწრებისა და ჩართულობის მხრივ ჯგუფს ძალიან თავისებური და არასტაბილური დინამიკა ახასიათებდა, მაგრამ ამისდა მიუხედავად სამუშაოს შედეგები დადებითი იყო, როგორც გუნდური სულისკეთების გაუმჯობესების, ასევე ბავშვების მიერ შექმნილი პროდუქციის თვალსაზრისითაც. სულ ჩატარდა 10 სესია.

16.04.05 – პირველი სესია ძირითადად გაცნობის ცერემონიალს და წესების ჩამოყალიბებას მიეძღვნა: „არ ვიჩხუბოთ, ცუდი სიტყვები არ ვთქვათ, ერთმანეთს ვაცალოთ, ერთად ვიმუშაოთ, ერთად ვიმზიაროთ“. ამ განსაზღვრებებიდან გამომდინარე თავიდანვე ნათელი იყო, რომ ჩამოთვლილი აკრძალვები აუცილებლად იქნებოდა განხორციელებული.

სესია დინამიურად მიმდინარეობდა. პირველი ნახევარი მიეძღვნა გაცნობას და წესების ფორმირებას, ხოლო მეორე ნახევარში დაგეგმილი იყო წარმოსახვის სავარჯიშო: ბავშვებს უნდა შეექმნათ წარმოსახული პლანეტის სურათი (გერბალურად) და შემდეგ მარტივი მუსიკალური ინსტრუმენტებით მისი გახმოვანება მოეხდინათ.

„გონებრივი იერიშის“ მეთოდით პლანეტამ შემდეგი გამოსახულება მიიღო: „უსინათლოა; უკაცრიელი; ფრინველებით დასახლებული; უჭაერო; ყინულოვანი; წყლიანი; სადაც მუდამ წვიმს; მზის სხივები იუპიტერის გამო არ წვდება; თივის სახლებიანია.“

როდესაც პლანეტის სურათი ჩამოყალიბდა, ბავშვებს უნდა შეექმნათ მისთვის შესაბამისი მუსიკა, მაგრამ ინსტრუმენტების დარიგებისას მივხვდი, რომ ეს შეუძლებელი იქნებოდა. თითოეულ მათგანს ინსტრუმენტის ინტერესი ამოძრავებდა და შეუწყვეტლივ აჟღერებდა მას. ამიტომ ჩავატარე ისეთი აქტივობა, რომელიც შესაძლებლობას მისცემდა მოესინჯათ ინსტრუმენტები და ამავე დროს გუნდური მუშაობისა და იმპროვიზაციის გამოცდილებასაც შეიძენდნენ.

დასასრულს, ვთხოვე ერთმანეთისათვის თავიანთი სურვილები გაეზიარებინათ. ერთ-ერთმა ისურვა, რომ „მრავალ ასეთ ბავშვს დავხმარებოდით“. მისი აღქმით სესიები დახმარებას წარმოადგენდა.

20.04.05 – მეორე სესიის მსვლელობისას სრული ქაოსი შეიქმნა. გეგმაში მქონდა, რომ ჯგუფური ხატვის მეთოდით პლანეტის ნახატი შექმნილიყო, მაგრამ ბავშვები წესების სრულ იგნორირებას ახდენდნენ და ზოგიერთი მათგანი ერთმანეთის მიმართ აგრესიულად იქცეოდა (აღსანიშნავია, რომ მათ შორის ეს ქცევა ნორმად იყო მიჩნეული). სესიის კულმინაციურ მომენტში მოკონფლიქტებმა ცარიელი ფურცლები დაიტაცეს და წამყვანის თხოვნის მიუხედავად დამოუკიდებლად დაიწყეს ხატვა, ხოლო მათ ვინც არ იყვნენ „ჩართულნი“ კონფლიქტში განაგრძეს პლანეტის ხატვა დიდ, ერთიან ფორმატზე.

ძალიან მძიმედ სამართავი აქტივობის დასრულების შემდეგ წესების აპელირება და დღევანდელი სესიის ემოციური ხატებით (emoticon) შეფასება გადაეწყვიტე.

შეფასებამ პოზიტიური შედეგი იქონია. მოკონფლიქტებმა გააცნობიერეს, რომ უმნიშვნელო მიზეზის გამო აგებულმა კონფლიქტმა ბევრი დრო წაიღო უაზროდ. ხოლო ის წესები რომელიც ბავშვებმა თავად ჩამოაყალიბეს დაირღვა და სესიის დასაწყისში დასახული მიზანი ბოლომდე ვერ განხორციელდა (იგულისხმება პლანეტის დახატვა). შეფასების დროს ისინი მიხვდნენ, რომ სესიებზე სიარულს გარკვეული მიზანი გააჩნია და მისი განხორციელებისათვის მათი მხრიდანაც უნდა იყოს გაღებული წვლილი წამყვანთან კონსტრუქციული თანამშრომლობის სახით.

05.05.05 – მესამე სესიაზე გეგმის მიხედვით ბავშვებს წარმოსახული პლანეტის მუსიკა უნდა შეექმნათ, მაგრამ ვინაიდან ყველანი ვინც პლანეტის გამოსახულებაში თავისი წვლილი შეიტანა არ ესწრებოდნენ, გადაეწყვიტე ხატვისა და მუსიკის მიმდინარეობების გაერთიანებით წარმოსახვაზე გამემახვილებინა მათი ყურადღება. გამოყენებული სავარჯიშოები სტატიური ხასიათის იყო, ამიტომაც ჰიპერაქტიურობის გამო ბავშვებს ძალიან გაუჭირდათ მათი შესრულება.

მუსიკალური სავარჯიშოს შესრულებისას გამოვლინდა, რომ მათ უჭირთ ერთმანეთში არავერბალური კომუნიკაციის დამყარება. აქედან გამომდინარე ეფექტური შესრულებისათვის გუნდის შეგრძნების აუცილებლობა მათთვის არ იყო დამახასიათებელი, რამაც განაპირობა ერთგვაროვანი დინამიკა – მხოლოდ მაღალი.

ხატვის სავარჯიშოს მიმდინარეობისას აღმოვაჩინე, რომ ერთ-ერთ ბავშვს ხელებში კუნთური დაძაბულობა (კუნთური ჯავშანი) ქონდა, ფაქტიურად შეუძლებელი იყო მისი ხელის მოხრა (მოგვიანებით აღმოჩნდა, რომ ის ბავშვებისათვის განტევების ვაცს წარმოადგენდა, რაც განპირობებული იყო ზოგადად მისი ოჯახის სოციალური სტატუსით კოლექტიურ

ცენტრში). მისი ნახატის შინაარსიც დინამიური და აგრესიული ტენდენციებით იყო აღსავსე. ჩემი თხოვნის მიუხედავად (წინასწარ ვერ მოვასწარი პასტელის ყუთიდან შავი ფერის ამოღება) მაინც გამოიყენა შავი ფერი „ეს არის კაცი, რომელსაც ვიღაცა ყურს უწევს, აქედან კიდევ პუშკა ესვრის და მეორე ხელით კობრას კლავს პისტოლეტით. ქვემოთ კიდევ გზა არის, ეს მანქანებია და საგზაო ნიშნები, ეს კიდევ თვითმფრინავი.“

სესიის დასასრულს ბავშვებმა თავიანთი ნახატების პრეზენტაცია მოახდინეს. აღმოჩნდა, რომ ყველა ნახატში მცირედი სიუჟეტები ვითარდება, რამაც ჩემი მხრიდან ანიმაციების შექმნის იდეა განაპირობა. იმისათვის, რომ პერსონაჟების ორიგინალობა შენარჩუნებულიყო, ბავშვებმა მათთვის დამახასიათებელი მოძრაობები შეასრულეს, რაც მოგვიანებით ანიმაციაში აისახა.

12.05.05 – მეოთხე სესია ბავშვებს შორის მომხდარი კონფლიქტის გამო ჩაიშალა. ისინი ერთმანეთის მიმართ დაუნდობელ სიტყვიერ, აგრესიას ავლენდნენ. ვითარების გარჩევა შეუძლებელი აღმოჩნდა, ამიტომ სესია დავასრულე.

14.05.05 – მეხუთე სესია დაიწყო წინა შეხვედრაზე მომხდარი კონფლიქტის განხილვით. მას შემდეგ რაც ბავშვებს შორის შექმნილი არასასიამოვნო ვითარების განხილვა მოხდა, გადაეწყვიტე წესების განახლება, რომ მომავალი სესიების მსვლელობა შეძლებისდაგვარად უპრობლემო ყოფილიყო. ბავშვების შეთავაზებით შემდეგი წესების დამატება მოხდა: არ შევაფასოთ ერთმანეთი, დავიხარჯოთ მხიარულებისათვის, ერთმანეთს მეგობრულად მოვექცეთ, არ ვიხმაუროთ, ერთმანეთს მოვუსმინოთ. ასევე შევთანხმდით, რომ მუშაობის პროცესში მონაწილეების საქციელი ემოციური ხატებით შეფასდებოდა.

შესავლის შემდეგ განვაახლეთ ნახატების პრეზენტაცია და ბავშვებს ინტერაქტიური მეთოდით პრეზენტაციის მნიშვნელობა ავუხსენი. მონაწილეებმა პრეზენტატორისათვის აუცილებელი უნარების საფუძვლები აითვისეს – მაყურებლისაკენ სახით დგომა და ნახატის წარმოჩენა. პრეზენტაციის მსვლელობისას აღმოჩნდა, რომ ბავშვები ნახატებში ბევრ საინტერესო და დინამიურ ფიგურას ამჩნევენ.

შემდეგ, წინა სესიებზე აღმოცენებული საჭიროებიდან გამომდინარე ჩავატარე გუნდის შეკვრისა და მონაწილეებს შორის არავერბალური კომუნიკაციის განმავითარებელი სავარჯიშო. ბავშვების ჩართულობის დონე მაღალი, ხოლო სავარჯიშოს მსვლელობა კი დინამიური იყო.

სესიის დასასრულს გავახსენე წარმოსახული პლანეტის გამოსახულება და მონაწილეები მუსიკის შექმნისათვის მოვამზადე. პლანეტის

მუსიკა ძალიან რიტმული და დინამიური გამოვიდა. ბავშვებმა მოახერხეს მუსიკალური კომპოზიციისათვის აუცილებელი დინამიკის შექმნა – შესავალი, კულმინაცია და დასასრული.

სესია პროდუქტიული და შედეგიანი აღმოჩნდა, როგორც პროდუქციის – წარმოსახული პლანეტის მუსიკა – ასევე გუნდის შეკერის თვალსაზრისითაც.

26.05.05 – მეექვსე სესია განვლილი გზის მიმოხილვით დავიწყეთ: „დავხატეთ პლანეტა, ვითამაშეთ და დოლებით მუსიკა დავეუქართ, გავიხსენეთ როგორი იყო პლანეტა და მუსიკა შევექმენით, წერტილებს ესვამდით და წვიმის ხმას ვბაძავდით, ვაკეთებდით შეფასებებს და განვიხილავდით წესებს, ვჭამდით ნამცხვრებს, ვისწავლეთ როგორ უნდა გავაკეთოთ პრეზენტაცია.“

დღევანდელ სესიაზე წარმოსახული პლანეტის ბინადრების პორტრეტები უნდა შეგვექმნა, რისგანაც შემდეგ უნდა დაგვეშაადებინა მარტივი თოჯინები ჩრდილების თეატრის წარმოდგენისათვის.

ბავშვები კონცენტრირებულად მუშაობდნენ და აქტივობისაგან სიამოვნებას იღებდნენ. მათი ქცევა ძალიან კონსტრუქციული იყო, ამ სესიის მსვლელობისას ერთმანეთის მიმართ აგრესია არ გამოუვლენიათ.

სირთულე შეიქმნა შეფასებების გამო: ერთ-ერთმა მონაწილემ ტირილი დაიწყო როდესაც შეფასდა „მოწყენილი სახით“. ამ ინციდენტიდან გამოძინარე გადაეწყვიტე, სესიის ბოლოს ზოგადი შეფასება გამეკეთებინა მხოლოდ.

დასასრულს, ბავშვებს მათი ნახატებიდან შექმნილი რამოდენიმე ანიმაცია ვჩვენე. ამოძრავებულმა ნახატებმა საოცარი ეფექტი მოახდინა. თითოეულმა მონაწილემ მის მიერ დახატული წარმოსახული პლანეტის ბინადარისათვის დამახასიათებელი მოძრაობების შესრულება დაიწყო, ისინი ითხოვდნენ, რომ ანიმაცია გამეკეთებინა.

02.06.05 – მეშვიდე სესია ბავშვების დასწრებით გამოირჩეოდა. სპეციალური ტექნიკის გამოყენებით გეგმაში მქონდა წარმოსახული პლანეტის შესახებ ისტორია შემექმნა.

თეატრალური აქსესუარებისა და სპეციალური სავარჯიშოს გამოყენებით ვიმუშავეთ. შექმნილი ისტორიის შინაარსი პროექციული ხასიათის იყო, იგი ასახავდა ბავშვების სოციალურ გარემოს და მათ პირად პრობლემებს: პრობლემური ურთიერთობები, ფინანსური გაჭირვება და ა.შ. ისტორია ტრაგიკულად ვითარდებოდა, მაგრამ დასასრული ჯერ კიდევ არ იყო განსაზღვრული. ბავშვების მხრიდან ორი ვარიანტი იყო შემოთავაზებული: ბედნიერი და ტრაგიკული. გადაეწყვიტეთ, რომ არჩე-

კანი შემდეგ სესიაზე სცენარის დამუშავებისას მოგვეხდინა.

09.06.05 – აღსანიშნავია, რომ ყოველი სესია იწყებოდა დავიანებით, ამიტომ ყოველ ჯერზე მიწევდა მუშაობა დისციპლინის გაუმჯობესების მხრივ.

მერვე სესია მიეძღვნა ჩრდილების თეატრის წარმოდგენისათვის სცენარის დამუშავებას. ყოველ სესიაზე ბავშვებს შორის გუნდური მუშაობისა და პიროვნებათაშორისი ურთიერთობების გაუმჯობესება შეიძწეოდა.

სცენარზე მუშაობის განმავლობაში ვისაუბრე სიუჟეტისათვის აუცილებელ აზრობრივ თანმიმდევრობასა და ღინამიკაზე. პროცესი ინტერაქტიული მეთოდით მიმდინარეობდა, რაც განაპირობებდა ბავშვების მაღალ ჩართულობას. როდესაც საუბარი ჩამოვარდა დასასრულის შესახებ, მონაწილეებმა უპირატესობა მიანიჭეს პოზიტიურ ვარიანტს.

სესიის დასასრულს, მათ თავად მოითხოვეს შეფასების გაკეთება, რაც იმის მანიშნებელი იყო, რომ მუშაობის ამგვარი სტრუქტურა მისაღები და ჩვეული გახდა. მიუხედავად ხანმოკლე ურთიერთობისა, შესამჩნევი იყო ღიდი ცვლილება: თუკი თავდაპირველად საერთოდ შეუძლებელი იყო შემოქმედებითი აქტივობის ჩატარება, ამჯერად მონაწილეები თავიანთი კონსტრუქციული ქცევის შეფასებას და დაფასებას ითხოვდნენ.

16.06.05 – მეცხრე სესიის მსვლელობისას ბავშვებმა ერთ-ერთ მონაწილეს უმნიშვნელო მიზეზის გამო დასცინეს და სიტყვიერი შეურაცხყოფა მიაყენეს. კონფლიქტის გარჩევისას აღმოჩნდა, რომ იგი ხშირად არის დანარჩენების დაჩაგვრის ობიექტი, რაც განპირობებულია მისი ოჯახის სოციალური მდგომარეობით და დანარჩენებისათვის მიუღებელი საქციელით: მატერიალური გაჭირვების გამო ეს ბავშვი ბოთლებს აგროვებდა და შემდეგ აბარებდა. ამგვარად დაგროვილი თანხით მან თავისთვის სასკოლო ჩანთა შეიძინა. ამ ფაქტის მიუღებლობის გამო ბავშვები მას მათხოვარს უწოდებდნენ, რის გამოც იგი სასოწარკვეთილებაში ვარდებოდა. მთელი სესია ამ საკითხის განხილვას მიეძღვნა და დასასრულს ყველამ გააცნობიერა, რომ არ არსებობს დასაძრახი შრომა და დაჩაგვრულს ბოდიში მოუხადეს.

ეს ძალიან მნიშვნელოვანი სესია იყო ამ ბავშვის თვითშეფასების ამაღლებისა და გუნდში მისი პოზიციის დამკვიდრებისათვის.

21.06.05 – მეათე სესია დასკვნითი იყო. ბავშვებმა წარმოსახული პლანეტის ისტორიის საფუძველზე შექმნილი სცენარით ჩრდილების თეატრის წარმოდგენა გაათამაშეს. სპექტაკლი გათამაშებული იყო სხვა ჯგუფის წინაშე, რასაც დადებითი გავლენა ქონდა ბავშვების თვითშეფასების ამაღლების მხრივ, ვინაიდან მათ უცხო თანატოლების მხრიდან აღიარება დაიმსახურეს.

ქაიროს ქუჩა №34 დევნილთა კოლექტიური ცენტრის ჯგუფთან
ჩატარებული შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიები

13.11.05 – 18.02.06

დევნილთა კოლექტიური ცენტრი ქაიროს ქ. №34-ში მდებარეობდა თბილისის გარეუბანში. დევნილებს უკიდურესად მძიმე პირობებში უწევდათ ცხოვრება. გარდა ამისა, ისინი მუდმივი ზეწოლის ქვეშ იმყოფებოდნენ: შენობის მეპატრონე დევნილთა გასახლებას ითხოვდა, ხოლო კომპენსაციის სახით მათ არ ქონდათ რაიმე თანხის მიღების პერსპექტივა და ფაქტიურად უსახლკაროდ უნდა დარჩენილიყვნენ. აღსანიშნავია, რომ ამ კოლექტიურ ცენტრში არ ყოფილა განხორციელებული არც ერთი ფსიქო-სოციალური დახმარების პროგრამა. შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიების ჩატარებისათვის სპეციალურად გამოყოფილი ფართის შესაძლებლობა არ გვექონდა, ამიტომ სესიები ტარდებოდა კორპუსის კომენდანტის ბინაში. ჯგუფი რომელთანაც სამუშაოები მიმდინარეობდა გამოირჩეოდა თავისი ასაკობრივი კატეგორიით: უმცროსი წევრი 3-ის, ხოლო უფროსი 13 წლის იყო. მონაწილეები რთულად შემოდიოდნენ ურთიერთობაში, მათ კუნთური დაძაბულობა (კუნთური ჯავშანი) შეემჩნეოდათ, უჭირდათ გამართული მეტყველება და აზრების ადექვატური გადმოცემა, ხოლო ზოგიერთს ფსიქოლოგიური პრობლემები გააჩნდა: ერთ-ერთი ბავშვი საერთოდ არ საუბრობდა და არ იღიმებოდა, ხოლო მეორე ხშირად გამოხატავდა აგრესიას. მათი ასაკიდან გამომდინარე სესიების დინამიკა იყო ძალიან დაბალი.

სამუშაოების მიზანს წარმოადგენდა ზემოთ ჩამოთვლილი პრობლემების შემსუბუქება. დაგეგმილი იყო გუნდის შეკვრის, ფიზიკური და რელაქსაციის სავარჯიშოები, ისტორიის შექმნის, პერსონაჟების დახატვისა და შექმნილი ისტორიის მხატვრული აპლიკაციის აქტივობები. სულ ჩატარდა 5 სესია.

13.11.05 – პირველი სესია მიეძღვნა გაცნობის სავარჯიშოებს. როგორც უკვე ზემოთ აღინიშნა, მონაწილეთა ასაკიდან გამომდინარე სესიის მსვლელობის დინამიკა იყო ძალიან დაბალი. გაცნობის სავარჯიშოს მსვლელობისას მათ უჭირდათ ინტერაქცია. შემდეგი სავარჯიშო იყო ხატვა, მონაწილეებს უნდა დაეხატათ ცა. აქტივობის დინამიკა ისევ ძალიან დაბალი იყო, ზოგიერთ მონაწილეს უჭირდა ხატვის დაწყება. ერთ-ერთმა, რომელმაც შემდგომი მუშაობის განმავლობაში არაერთხელ

გამოავლინა აგრესიული ტენდენციები, მუქი ფერის ფანქრით დიდ სახ-
ატავ ფურცელზე (A3) ძალიან პატარა ღრუბლების ხატვა დაიწყო.
როდესაც ვთხოვე, რომ გაეთვალისწინებინა დავალება და მთელი ფურ-
ცლის გავსებაზე ეფიქრა, მხოლოდ ერთ კიდეზე ჩამწკრივებული პატარა
ღრუბლები დახატა, ხოლო შემდეგ მთელი ფურცელი წვიმით შეავსო.
კიდევ ერთი მონაწილე (4 წლის), რომელიც საერთოდ არ იღებდა ხმას
და არც ერთხელ არ გაუღიმია ძალიან მუქი ფერის ფანქრებით წრიულად
ჯღაბნიდა მთელს ქაღალდზე, თუმცა მისი ასაკისათვის ხატვის ეს
ფორმა მისაღები იყო.

26.11.05 – მეორე სესია კორპუსის ერთ-ერთი მაცხოვრებლის
ბინაში ჩატარდა. სივიწროვის გამო აქტივობების ჩატარება რთული იყო.
ბავშვები ძალიან დიდ სიხარულსა და სითბოს გამოხატავდნენ, აღმოჩ-
ნდა, რომ ისინი მთელი კვირის განმავლობაში ეკითხებოდნენ მშობლებს
თუ როდის დაიწყებოდა სესია. დასაწყისში განვლილი მასალის რეფლე-
ქსია ჩავატარე. მონაწილეებს უჭირდათ მეტყველება და აზრების გადმო-
ცემა. შემდეგ ისტორიის შეთხზვის სავარჯიშო დავიწყეთ. ისტორია
ექვსი და-ძმის შესახებ უჩვეულოდ ვითარდებოდა, მონაწილეებს არ
ახსიათებდათ ჩვეულებრივი ზღაპრის ტრაფარეტული სიუჟეტის
მოყოლის ტენდენცია. ისტორიის განვითარებისას ისინი თავიანთ
გრძნობებს თავისუფლად გამოხატავდნენ. როდესაც ერთ-ერთმა სიუ-
ჟეტის განვითარებაში მოულოდნელად აგრესორის (მგელის) გამოჩენა
მოისურვა, დანარჩენებმა მოითხოვეს, რომ ეს მოვლენა მოგვიანებით მომ-
ხდარიყო. ისტორია დევნილთა ცხოვრების პროექციას წარმოადგენდა.
მისი განვითარების საკვანძო მომენტში, მგელმა და-ძმები თავიანთი
სოფლიდან გამოდევნა და ტყის გაღმა მდებარე, „უცხო ქვეყანაში“
გარიყა. ძალიან ნიშანდობლივი იყო ის გარემოება, რომ როდესაც და-
ძმები უცხო ქვეყანაში „კეთილ ადამიანს“ შეხვდნენ და მან ისინი
სახლში მიიბატიყა, გამართული ვახშმის სცენა უსაზღვროდ გაჭია-
ნურდა. მონაწილეები განსხვავებული კერძების შესახებ ყვებოდნენ,
თანაც აღნიშნავდნენ, რომ და-ძმებს „მუცლები ძალიან ჯერ კიდევ არ
დაებერთ“. შემდეგ საკვების მიღებასთან დაკავშირებული რიტუალი
ღილით ძალიან ინტენსიურად განახლდა: „კეთილმა ადამიანმა მათ
საუზმეზე ხორცი მიართვა“, საკვების მიღების ასეთი ინტენსივობა მათი
დაუცველი მდგომარეობის ერთგვარ კომპენსირებას წარმოადგენდა
(როგორც ზემოთ იყო აღნიშნული დევნილებს ყოველგვარი კომპენ-
საციის გარეშე ცენტრიდან გასახლება ემუქრებოდათ). აღსანიშნავია,
რომ ისტორიის დასასრულს, და-ძმები კეთილი ადამიანის დახმარებით

თავიანთ ქვეყანაში დაბრუნდნენ – რაც მონაწილეთა მშობლებისა და ზოგადად დევნილების აფხაზეთში დაბრუნების მითად ქცეული ოცნების ასოციაციას იწვევდა.

აგრესიული ტენდენციების მქონე მონაწილე ამ სესიის მსვლელობისას შედარებით კარგ განწყობაზე იყო, აგრესორის გამოჩენა მისი ინიციატივით მოხდა, თუმცა შემდეგ მან ისტორიაში კონსტრუქციული წვლილიც შემოიტანა.

ის ბავშვი, რომელიც საერთოდ არ ლაპარაკობდა და არ იღიმოდა ძალიან დამაბული იყო. ძლიერი კუნთური დამაბულობის გამო კომუნიკაციის უნარის განმავითარებელ სავარჯიშოებზე ადექვატურად ვერ რეაგირებდა. როდესაც რაიმე ინსტრუქციას ვაძლევდი ყურადღების კონცენტრაციისას იმდენად იძაბებოდა, რომ თვალები უელამდებოდა.

სესია მონაწილეებისათვის მომავალი შეხვედრის გეგმის გაზიარებით დასრულდა.

14.01.06 – მესამე სესია საახალწლო საზეიმო ვითარებაში ჩატარდა. მისალმების სავარჯიშოს შემდეგ, წინა შეხვედრაზე შექმნილი ისტორიის გახსენება ინტერაქტიული მეთოდით განხორციელდა. შემდეგ მონაწილეებს ერთმანეთისათვის საახალწლო სურვილების გაზიარება შევთავაზე. თითქმის ყველანი მსგავს სურვილებს იმეორებდნენ. აღსანიშნავია, რომ ის ბავშვი, რომელიც არ საუბრობდა და არ იღიმოდა ურთიერთობაში შემოვიდა. სურვილების გაზიარების აქტივობის მსვლელობისას, ის წამყვანთან ერთად სკამზე ჩამოჯდა და დანარჩენ მონაწილეებთანაც შედარებით თავისუფლად ურთიერთობდა. ეფექტური კომუნიკაციის განმავითარებელი სავარჯიშოს მსვლელობისას („წითელქუდა“) მონაწილეთა ჩართულობა მაღალი იყო და აქტივობის დინამიკამ საგრძნობლად მოიმატა. სესიის დასასრულს მონაწილეებს ვთხოვე შექმნილი ისტორიის პერსონაჟების გარეგნობაზე დაფიქრებულიყვნენ. ამჯერად მხოლოდ ერთი პერსონაჟის გარეგნობა განვიხილეთ და შევთანხმდით, რომ შემდეგ სესიაზე თითოეულის შესახებ ვისაუბრებდით. როდესაც კორპუსიდან გამოვედით აღმოჩნდა, რომ ბავშვებმა ჩვენი მანქანის საბურავებთან ქვები ჩაალაგეს, მათ ჩვენთან ურთიერთობის გახანგრძლივება სურდათ.

21.01.06 – მეოთხე სესიაზე ძირითადად სტატიური სავარჯიშოები ჩატარდა. გამახურებელი და ეფექტური კომუნიკაციის უნარების განმავითარებელი სავარჯიშოების ჩატარების შემდეგ მონაწილეებმა პერსონაჟების გარეგნობის აღწერა დაიწყეს. მათ ჩათვალეს, რომ გამორჩეულ პერსონაჟს სხვა დაძმებისაგან განსხვავებით სიცხერი თვალები უნდა

ქონდა, ხოლო აგრესორის, ანუ მგლის ქურქი ნაცრისფრად, ყავისფრად და ლურჯად უნდა ყოფილიყო შეფერადებული. კეთილი ადამიანი კი მათი წარმოდგენით თეთრწყვერიანი და თეთრ სამოსშია გამოწყობილი. შემდეგ მონაწილეებმა აღწერილი პერსონაჟების პორტრეტები დახატეს. მათი ყურადღების კონცენტრაციის დონე და მონდომება ხატვისას იყო ძალიან მაღალი. იმ მონაწილემ, რომელიც აგრესიას გამოხატავდა თავისი არჩევანი კეთილი ადამიანის ასახვაზე შეაჩერა. მან ის ხელგაშლილი დახატა, რაც მისი აზრით გამოხატავდა პერსონაჟის კეთილგანწყობას და მის მზაობას მასპინძლობისათვის. სესიის დასასრულს მონაწილეებმა თავიანთი ნახატები ერთმანეთის წინაშე წარმოადგინეს.

18.02.06 – მეხუთე სესია იყო დასკვნითი. ძირითადად ვიმუშავეთ ბავშვების მიერ შექმნილი ისტორიის აპლიკაციაზე. აქტივობაში მონაწილეთა ჩართულობის დონე იყო მაღალი, მათ ესიამოვნათ ეს პროცესი. ძალიან ლოგიკურად მოახდინეს ისტორიის ასახვა დიდ ფორმატზე, ეს იყო მოქმედების განვითარების რუქა: ქვედა მარცხენა კუთხეში განლაგებული იყო ის სოფელი, სადაც დაძმები ცხოვრობდნენ, ფორმატის შუაგულში მონაწილეებმა განათავსეს ტყე, სადაც ისტორიის ცენტრალური მოქმედება ვითარდებოდა. ეს იყო ერთგვარი საკვანძო მოვლენების გადაშლის ადგილმდებარეობა. ზედა მარჯვენა კუთხეში უცხო ქვეყანა იყო განთავსებული (ისიც აღსანიშნავია, რომ დაძმების სამშობლო სოფელი, ხოლო საითაც ისინი მგელმა გამოდევნა – უცხო ქვეყანა იყო). აქტივობის პროცესში ის ბავშვი რომელიც არ ლაპარაკობდა წამყვანს ეხმარებოდა ფანქრებისა და ფლომასტერების შეგროვებაში, მან საპასუხისმგებლო ფუნქცია აიღო თავის თავზე. თითოეული მონაწილე თანამშრომლურად იყო განწყობილი როგორც წამყვანის, ასევე ერთმანეთის მიმართ. აპლიკაციის დასასრულს ჩავატარე ბოალის სავარჯიშო „ბოლივიელი დათვი“, რომელიც ძალიან სახალისო იყო ბავშვებისათვის, თუმცა მათ მიერ ინსტრუქცია მართებულად არ იყო გაგებული – იმის ნაცვლად, რომ რაიმე სასაცილო გაეკეთებინათ, ისინი ერთმანეთს აშინებდნენ. სესიის დასასრულს შექმნილი აპლიკაციის პრეზენტაცია შესრულდა.

კონკრეტული შემთხვევა №4
„ზალიკოს სამკითხველოს“ ჯგუფებთან ჩატარებული
შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიები

11.10.06 – 01.11.06

ამ კონკრეტულ შემთხვევაში აღწერილია „ფონდი ღია საზოგადოება საქართველოსთან“ არსებულ „ზალიკოს სამკითხველოს“ ორგანიზატორების მიერ ჩამოყალიბებულ ჯგუფებთან ჩატარებული სამუშაოები. მონაწილეთა შემადგენლობა შერეული იყო, სესიებს ერთდროულად ესწრებოდნენ როგორც ღვენილი, ასევე არა ღვენილი ბავშვებიც. მუშაობა მიმდინარეობდა პარალელურად ორი ასაკობრივი კატეგორიის ჯგუფთან: მცირეწლოვანთა და მოზარდთა. ამ ჯგუფებთან მუშაობისას გამოიკვეთა, თუ რამდენად მნიშვნელოვანია ბავშვებისა და ახალგაზრდებისათვის ისეთი გარემოს შექმნა, სადაც მათ შესაძლებლობა ექნებათ თავისუფლად გამოხატონ თავი როგორც განსხვავებული შემოქმედებითი ხერხებით, ასევე დისკუსიის მეშვეობითაც. პირველი შეხვედრების განმავლობაში ძალიან რთული იყო მუშაობა მცირეწლოვანთა ჯგუფთან, ვინაიდან სესიები ტარდებოდა ვიწრო და პატარა ოთახში, ხოლო თითოეული ჯგუფის მონაწილეთა რაოდენობა აღემატებოდა ოცს. სირთულეების მიუხედავად, რაც განპირობებული იყო მონაწილეთა განსხვავებული სტატუსებით (როგორც უკვე აღვნიშნე სესიებს ესწრებოდნენ როგორც ღვენილი, ასევე არა ღვენილი ბავშვებიც) პროცესში შესაძლებელი გახდა სამუშაო „ალიანსის“ დამყარება, რაც მნიშვნელოვანწილად აისახა ბავშვებს შორის გუნდური სულისკვეთებისა და ტოლერანტობის გაღვივებაში. აღსანიშნავია ის გარემოება, რომ ისტორიების შეთხზვისა და პროექციული დატვირთვის მქონე სავარჯიშო ტრავმული გამოცდილების გენერირება განაპირობა, რასაც განსაკუთრებულად მწვავე ხასიათი ქონდა. ზოგადად სავარჯიშოების მსვლელობისას მონაწილეთა კონცენტრაციის დონე იყო ძალიან დაბალი, ისინი ხშირად არ ითვალისწინებდნენ ინსტრუქციებს. რამოდენიმეჯერ, სესიების მსვლელობისას ბავშვებს შორის კონფლიქტური ვითარება შეიქმნა, რაც დისკუსიისა და სათანადო სავარჯიშოების მეშვეობით იყო განმუხტული. მოზარდთა ჯგუფის მონაწილეთა უმეტესობა სრულიად შემთხვევით ვაშლიჯერის აფხაზეთის სკოლიდან აღმოჩნდა. ძირითადად ესენი იყვნენ (№1 კონკრეტული შემთხვევიდან) ყოფილი მე-7 კლასის მონაწილეები. აქედან გამომ-

დინარე ძალიან სასიამოვნო ატმოსფერო იყო შექმნილი, როგორც წამყვანებისათვის ასევე ბავშვებისათვისაც. მუშაობის პროცესში ყურადღება იყო გამახვილებული პრობლემის გადაწყვეტის სწავლებაზე, ეფექტური კომუნიკაციის უნარების გაუმჯობესებაზე, ასევე სესიების განმავლობაში განხილული იყო ეთნიკურობისა და მომავალი პროფესიული არჩევანის საკითხები. სულ ჩატარდა შვიდი სესია.

მცირეწლოვანთა ჯგუფი

11.10.06 – პირველი სესია დაიწყო გაცნობის სავარჯიშოთი. ძალიან რთული იყო ჯგუფის მართვა, მონაწილეები არ ჩერდებოდნენ ერთ ადგილზე არც ერთი წუთით, ხმამაღლა ლაპარაკობდნენ, ან ერთმანეთს უყვიროდნენ. ეფექტური კომუნიკაციის სავარჯიშოები ძალიან დაბალი ღინამიკით მიმდინარეობდა, ბავშვებს ყურადღების კონცენტრირება უჭირდათ და ძირითადად ვერ ასრულებდნენ ინსტრუქციებს, ვინაიდან არ უსმენდნენ წამყვანებს. ქაოტურმა ვითარებამ განსაკუთრებით მოიმატა სესიის შუაში, მონაწილეთა დასამშვიდებლად გამოვიყენე „ღუმლის“ ტექნიკა, რაც ეფექტური აღმოჩნდა. როდესაც გარკვეული დროის განმავლობაში შესაძლებლობა მიეცათ სრულიად უკონტროლოდ ყოფილიყვნენ და ეკეთებინათ რაც მოესურვებოდათ, ბოლოს მიხვდნენ, რომ სესია არ გაგრძელდება მანამ, სანამ არ დამშვიდდებოდნენ და ჯგუფის რამოდენიმე ლიდერმა დანარჩენები დააწყნარა. შემდეგ „ემოციის სხეულებრივი გამომსახველობის“ სავარჯიშოს დაწყებამდე, მონაწილეების დახმარებით ემოციის ინტერაქტიული განსაზღვრება მოვახდინე. ბავშვებს დაუსვი კითხვა: „რა არის ემოცია?“ შემდეგი სახის განმარტებები მივიღე: „ემოცია არის ის, როდესაც ადამიანს რაღაცა გაუხარდება, ან ეწყინება.“ „როდესაც რაღაცა უცებ ხდება.“ „ემოცია არის, როდესაც ადამიანმა არ იცის რა ქნას, სად წავიდეს. ძალიან ცუდ ღლეშია და მასზე ამბობენ ემოციებში გადავარდო.“ მიუხედავად იმისა, რომ ემოციის განსაზღვრების აქტივობა ჩატარდა, ემოციის სხეულებრივი გამოხატვა და ბოალის სავარჯიშო „რაიმე ბგერაზე ემოციის გამოხატვა“ საერთოდ ვეღარ ჩატარდა. მონაწილეები ქაოტურად იქცეოდნენ და გარკვეული დროის გასვლის შემდეგ მათ შორის კონფლიქტური ვითარება შეიქმნა. ამასთან დაკავშირებით ამ ასაკისათვის შესაბამისი დისკუსია გავმართეთ და ჩავატარეთ სავარჯიშო „რაიმე სასიამოვნო შენს გარეგნობასა და პიროვნებაში“. წრის ცენტრში

ჩამდგარი მონაწილესათვის ყველას რაიმე ძალიან კარგი და სასიამოვნო უნდა ეთქვა. ამ სავარჯიშო ძალიან დადებითი ეფექტი იქონია, როგორც კონფლიქტური ვითარების განმუხტვის, ასევე მონაწილეთა შორის ურთიერთობის გაღრმავების მხრივ.

14.10.06 – მეორე სესიაზე ჩავატარე წინა შეხვედრაზე არ შემდგარი სავარჯიშოები. მონაწილეები განსაკუთრებით კარგად ასრულებდნენ ყურადღების კონცენტრაციის სავარჯიშოებს. თუმცა სტატიური აქტივობები ნაკლებად კარგად გამოხდებოდათ. მათთვის რთული იყო მცირე დროის განმავლობაში ერთ ადგილზე წინარად გაჩერება. სესიის დასასრულს ჩატარებული ბოლის სავარჯიშო „ჯგუფის საერთო რიტმის შექმნა“ მონაწილეთა მიერ ძალიან კარგად შესრულდა, მათ ძალიან სწრაფად მოახდინეს ჯგუფური რიტმის ჩამოყალიბება და შემდეგ სავარჯიშო ვითარებოდა რიტმის აჩქარებული, ან შენელებული ვარიანტების შესრულებით. წინა სესიაზე წარუმატებლად ჩატარებული რამოდენიმე სავარჯიშო გაუმჯობესების მიზნით განმეორდა. ბავშვებისათვის სახალისო იყო ეს პროცესი. (იგულისხმება უკეთესი შედეგის მიღწევა).

18.10.06 – მესამე სესია დაიწყო განვლილი სესიების მიმოხილვით. ჯგუფური აქტივობისას მონაწილეებს უჭირდათ თავიანთი რიგის ლოდინი, ისინი ერთდროულად იწყებდნენ ლაპარაკს, ან ყვირილს. როდესაც განვლილი სესიები შევაჯამეთ, ჩავატარე ეფექტური კომუნიკაციის განმავითარებელი სავარჯიშო „წითელქუდა“ და შემდეგ დავიწყეთ ისტორიის შეთხზვის აქტივობა. როგორც უკვე ზემოთ აღინიშნა, ამ აქტივობამ ტრავმული გამოცდილების განსაკუთრებით მწვავე გამოვლენა განაპირობა: „იყო და არა იყო რა, იყო ერთი ოჯახი. ამ ოჯახში იზრდებოდა ორი ბავშვი. ერთ-ერთ ბიჭს ერქვა გიორგი. მამა ეუბნებოდა ტყეში არ გახვიდო, მაგრამ რატომ არ უნდა გასულიყო ამას აღარ ეუბნებოდა. ბავშვებს სამწუხაროდ დედა გარდაეცვალა და იყვნენ ობლად. ერთ დღეს ისინი იმ ტყეში წავიდნენ სოკოს საკრეფად, სადაც მამა უკრძალავდათ. როდესაც სოკოებს კრეფდნენ მგელი შეხვდათ. ბავშვებს ძალიან შეეშინდათ, გაიქცნენ და ყველაფერი მამას უამბეს. მამას ძალიან შეეშინდა და აღარ გაუშვა ისინი გარეთ. გაბრაზებული მამა წავიდა თოფით მგლის საძებნელად, რომ მოეკლა. გზაში მგელი შეხვდა და ფეხი მოაჭამა. ბავშვები სახლში იყვნენ და ნერვიულობდნენ. მამა სახლში რომ მოვიდა ბავშვებმა მოუარეს. გაუჭირდა, მაგრამ ჯოხებით მოვიდა. ბავშვებმა ჭრილობა შეუხორცეს და მდინარეზე წავიდნენ. იქ ღათვი შეხვდათ და თავი წააჭამა ყველას. წავიდა მამა ბავშვების საძებნელად, იპოვა დასახიჩრებულები და გაუკვირდა. აიყვანა ორივე და კუბო

დაუჭედა.“ როდესაც მონაწილეებს ვთხოვეთ რომ მოეფიქრათ უფრო დადებითი დასასრული, მათ ვერაფერი კარგი ვერ მოიფიქრეს გარდა იმისა, რომ ისტორიის დასასრულს მოქმედი პირები აღარ ილუპებოდნენ. როდესაც მათ დაუსვეს კითხვა თუ რას იზამდნენ ისინი ეხლა, რომ ოთახში უცხო პლანეტელი შემოსულიყო და მათთვის რაიმეს სწავლება შეეთავაზებინა, ან რომ ეკითხა თუ რატომ შეიქმნა ასეთი ისტორია მონაწილეებმა შემდეგნაირად უპასუხეს: „უცხო პლანეტელს ვეტყვოდი, რომ მშვიდობა ვართ და შიშისათვის თვალის გასწორება გვეშინია. მოვთხოვდი, რომ ჩვენთვის ცუდი აზრების მოცილება ესწავლებინა.“ აღსანიშნავია კიდევ ის გარემოებაც, რომ უცხო პლანეტელის დახმარებაზე ძირითადად დევნილები აცხადებდნენ უარს, ხოლო არა დევნილები დახმარების შეთავაზებას იღებდნენ მხოლოდ იმ პირობით, თუ ის მათთვის სარგებლის მომტანი იქნებოდა.

01.11.06 – მეოთხე სესია მნიშვნელოვანი იყო თერაპიული დიალოგების თვალსაზრისით. ჩავატარე პროექციული სავარჯიშო „მარცვალი“. მისი მსვლელობისას მონაწილეებმა მარცვლის განვითარებისა და მისგან საბოლოოდ ყვავილის კოკრის გაფურჩქვნის ნაცვლად მატრავმირებული შინაარსის მქონე გადაწყვეტა მოახდინეს. ერთ-ერთის მარცვალი საერთოდ არ განვითარდა, მეორეს „კოკრები გამოესხა“, მაგრამ „ბრაკონიერის გასროლილი ტყვია ჩიტის ნაცვლად კოკრებს მოხვდა და კოკრები წააცალა...“, მესამეს დაცულობა აკლდა და ამის გამო სუიციდი განაზოცოდა, მეოთხეს კი „მორწყვა დააკლდა“ და ამიტომ კოკრები ვერ გამოისხა. სავარჯიშოს დასასრულს მონაწილეებთან თერაპიული დიალოგი გაიმართა:

დიალოგი №1

წამყვანი: კარგად გრძნობდი თავს ზამთარში, როდესაც მარცვალი იყავი? დათო: კი.

წამყვანი: არ გინდოდა რომ მარცვალს ღერო გამოეშვა?

დათო: არა.

წამყვანი: ანას რომ სკამი არ აეწია იქ დარჩებოდი? (სკამის ქვეშ შეძვრა და იქ იყო მთელი სავარჯიშოს განმავლობაში)

დათო: კი.

წამყვანი: იქ კარგად გრძნობდი თავს?

დათო: კი. ყველანი ფეხებს მარტყამდნენ და ეს მსიამოვნებდა. ზოგმა გადამიარა კიდევ. (იცინის)

წამყვანი: რა მოგივიდა, რატომ ვერ გაიშალე?

დათო: იმიტომ რომ თითქოს და კატოკმა გადამიარა.

წამყვანი: იქ როდესაც ჩაძვერი, იცოდი რომ ვერ გაიშლებოდი?

დათო: არა.

წამყვანი: წინასწარ რომ გცოდნოდა ამის შესახებ მაინც ჩაძვრებული იქ?

დათო: არა.

წამყვანი: როდესაც ანამ სკამი აწია გესიამოვნა და გაგეხარდა?

დათო: კი, ძალიან! (გულწრფელად უხარია)

წამყვანი: მას შემდეგ რაც ამოგიყვანეს, ეზლა კარგად გრძნობ თავს?

დათო: კი. (იღიმის)

დიალოგი №2

წამყვანი: შენ კოკრები მოგწყვიტეს?

ლევანი: არა, მოვიდა ბრაკონიერი და ესროლა ჩიტს. ჩიტს ააცდინა და ტყვიამ ორივე კოკორი მომკვთა.

წამყვანი: ახალი კოკრები ამოგივა?

ლევანი: არა... (ფიქრობს) სანამ მომავალი გაზაფხული არ მოვა კოკრები არ მექნება.

წამყვანი: შენ რა ყვავილი ხარ?

ლევანი: ვარდი.

წამყვანი: მერე ვარდს დიდი ბურქი ხომ აქვს?

ლევანი: აქვს.

წამყვანი: ეი. ახალი კოკრები ამ გაზაფხულზეც ამოგივა.

ლევანი: მერე რა, მოვა ვინმე სხვა მოწყვიტავს და წაიღებენ. (გამომეტყველებით მანიშნებს, რომ გამოუვალ მდგომარეობაშია ყოველმხრივ).

წამყვანი: მერე რა არის ამაში ცუდი? წაიღებენ და სახლში ექნებათ, გაუხარდებათ.

ლევანი: მერე ხომ დაუჭკნებათ ყვავილი?

წამყვანი: მერე შენც ხომ დაგიჭკნება როდისმე?

კოკა: (ჩაერია დიალოგში) ისინი წყალში ჩადგამენ და არ დაჭკნება.

წამყვანი: რას ფიქრობ ამაზე? კმაყოფილი ხარ?

ლევანი: კი კმაყოფილი ვარ და მიხარია. (იღიმის)

დიალოგი №3

წამყვანი: შენ რა დაგემართა?

გაგა: მე დინამოს სტადიონთან განსაკუთრებულ ადგილას დამრგეს, ჩემი მარცვალ იქ დარგეს.

წამყვანი: მერე რატომ დაგიჭენა კოკრები?

გაგა: არ დამიჭენა. პრეზიდენტმა თვითმფრინავიდან ბურთები გადმოყარა, ჩემს კოკრებს მოხვდა და ჩამოტეხა.

წამყვანი: მერე შენ ხომ თვალსაჩინო ადგილას ხარ, ვინმემ რომ დაგინახოს ტოტს შეგიხვევს და ისევ გაიხარებს შენი ბურჯი.

გაგა: არა. (ძალიან სწრაფად ლაპარაკობს) ეს ყველაფერი იმის ბრალია, რომ გარშემო დაცული ვიყავი და ზევიდან არა. და მე გადამიარეს და მერე თავი მოვიკალი. აი ასე. (ხელები მკერდზე დაილაგა გადაჯვარდინებულად და მაჩვენებს როგორ მოიკლა თავი. შემდეგ ისტერიულად დაიწყო ლაპარაკი, ხან დადებითად მთავრდებოდა მისი ისტორია, ხან უარყოფითად)

წამყვანი: მითხარით, ამოუვა კოკორი გაზაფხულზე?

მონაწილეები: ამოუვა!

დიალოგი №4

წამყვანი: შენ რატომ არ ამოგსვლია კოკრები?

კოკა: მორწყვა დამაკლდა.

წამყვანი: რატომ? გაზაფხულზე ხომ ხშირია წვიმები? თანაც საკმაოდ თბილა.

კოკა: რა ვიცი. დამაკლდა წყალი და რა ექნა?

წამყვანი: შემდეგ გაზაფხულზე ამოგივა კოკრები?

კოკა: კი.

წამყვანი: გული დაგწყდა, ამ გაზაფხულზე რომ ვერ ამოგივიდა კოკრები?

კოკა: კი, ცოტა დამწყდა გული.

სესიის დასასრულს ჩავატარე ბოალის „რიტმული დიალოგი ჯგუფებს შორის“. სავარჯიშო ძალიან დინამიურად შესრულდა.

ზრდასრულთა ჯგუფი

14.10.06 – მეხუთე სესია. მოზარდებთან მუშაობისას ჩატარებული იყო ისეთი აქტივობები და სავარჯიშოები, რომლებიც ზელს უწყობდა დისკუსიის ინიცირებასა და მონაწილეთა თვითჩაღრმავებას. ამ ჯგუფთან მუშაობის პირველ დღეს ჩატარდა გაცნობისა და გუნდის შეკვრის სავარჯიშოები. თუმცა, როგორც ზემოთ იყო აღნიშნული მონაწილეთა უმეტესობა რამოდენიმე წლის წინ ვაშლიჯვრის აფხაზეთის სკოლაში ჩატარებულ სესიებს ესწრებოდა და ერთმანეთს კარგად ვიცნობდით.

შემდეგ ჩატარდა პროფესიების რანჟირების სავარჯიშო. მონაწილეებს შესაძლებლობა მიეცათ ეფექტათ განსხვავებული სახის პროფესიების საჭიროებაზე და ასევე მათ პირად შეხედულებაზე მათ შესახებ. სავარჯიშოს დასრულებისას დისკუსია გაიმართა. თითოეული მათგანი მთელს ჯგუფს უზიარებდა თუ რატომ შეაჩერა თავისი არჩევანი ამა თუ იმ პროფესიაზე.

17.10.06 – მეექვსე სესია ჩავატარე სავარჯიშო „სხვადასხვა ეთნოსები უცხოპლანეტელთა ფორუმზე“. მონაწილეები სამ მცირე ქვეჯგუფად დავანაწილე, თითოეულ მათგანს პანტომიმით უნდა განესახიერებინა ქართული, იტალიური და ფრანგული ეთნოსები. არავინ არ იცოდა თუ რომელი ჯგუფი რომელ ეთნოსს განასახიერებს. მაყურებელს პანტომიმში უნდა ამოეცნო ჯგუფის წარმომავლობა. პირველმა ჯგუფმა განასახიერა ქართველები, სტუმართმოყვარეობის ტრადიციისა და ღვინის დალევის პლასტიური განსახიერებით. მეორე ჯგუფი იტალიელების ეთნოსს წარადგენდა. გათამაშებული იყო საკლასო ოთახში მიმდინარე ისტორიისა და კულტურის გაკვეთილი. მასწავლებელი განსხვავებულ ნაგებობებს ხატავდა დაფაზე: კოლიზუმი და ა.შ. მესამე ჯგუფს ფრანგების გათამაშების მცდელობა ქონდა რაც წარუმატებელი იყო, ვინაიდან მოგვიანებით აღმოჩნდა, რომ არასწორად შეარჩიეს კულტურული ძეგლი. სავარჯიშოს დასასრულს მეორე ჯგუფი მათ დაეხმარა: ბავშვებმა ეიფელის კოშკის ნაგებობის პლასტიური იმიტირება მოახდინეს. სესია ეთნიკურ საკითხებთან დაკავშირებული დისკუსიით დასრულდა.

21.10.06 – მეშვიდე სესია იყო დასკვნითი. ვისაუბრეთ მონაწილეების პროფესიული არჩევანის შესახებ. უმეტესობას ზუსტად ქონდა განსაზღვრული თავისი მომავალი. აღინიშნა, რომ რაც უფრო მკვეთრი და კონკრეტული იქნება მათი მომავლის გეგმა, მით უფრო მეტია შესაძლებლობა იმისა, რომ მონაწილეებმა განახორციელონ იგი.

დასკვნის სახით გვსურს ავღნიშნოთ, რომ სოციეტალური ტრავმა თავისებურ ასახვას ჰპოვებს ბავშვებში. ამ ტრავმის დაძლევისათვის ეფექტურ საშუალებას წარმოადგენს შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და ართ თერაპიის მეთოდი, რადგან ის უნისონში მოდის ბავშვის ფუნქციონალურ ტენდენციასთან, ანუ აძლიერებს მას. ხოლო ვინაიდან ფუნქციონალური ტენდენციის ძირითადი ფუნქცია განმავითარებელი ფუნქციაა, მისი გაძლიერებით მოზარდში განმავითარებელი პროცესები ძლიერდება, რითაც ტრავმის დაძლევა ხდება. წინააღმდეგ შემთხვევაში, ტრავმას აქვს ტენდენცია კონსერვაციისაკენ, შენახვისაკენ, დაფიქსირებისაკენ და ა.შ. რადგან შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და ართ თერა-

პიის მეთოდით სპონტანური შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სტიმულირება ხდება, რაც თავისმხრივ აძლიერებს მოზარდში არსებულ ფუნქციონალურ ტენდენციას, ეს პროცესი საბოლოოდ ხელს უწყობს ორგანიზმისა და ფსიქიკის განმავითრებელი იმპულსების გაძლიერებასა და ტრავმის მონელების შესაძლებლობას. ანუ, ტრავმის მონელება განვითარების პროცესის ინტენსივობის გაძლიერებით არის შესაძლებელი.

დრამა თერაპია განსაკუთრებულად ქმედითი მეთოდია ტრავმირებულ ბავშვებთან მუშაობისას. რადგან დრამა თერაპია, განსაკუთრებით კი ამ მეთოდის ის ვარიანტი, რომელსაც წარმოადგენს აუგუსტო ბოალის „დათრგუნულთა თეატრი“, სპეციალურად არის ორიენტირებული ადამიანის დათრგუნულობის კომპლექსის მოხსნაზე, რათა მოახდინოს მისი შინაგანი პიროვნული ტრანსფორმაცია. ამდენად დრამა თერაპიის ეს მოდელი კარგად ესადაგება (1) ტრავმის გადალახვას და (2) ჩატარებული პრაქტიკული სამუშაოებიდან გამომდინარე კარგად მუშაობს მოზარდებთან.

და ბოლოს, აღსანიშნავია, რომ შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და ართ თერაპიის მეთოდები ეფექტურია ტრავმის შედეგად გამოწვეული ისეთი სიმპტომების შემსუბუქებისა და დაძლევისათვის როგორცაა პიპერაქტიურობა, კუნთური ჯავშანი, ჩაკეტილობა (ემოციური გამოხატულების სიმწირე ან შეუძლებლობა), აგრესიულობა და დაქვეითებული კომუნიკაბელურობა.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვა ადამიანის არსის ფუძეში ძვეს. ადამიანის ფილოგენეტიური და ონტოგენეტიური განვითარების პროცესში კრეატიულობა და სპონტანური შემოქმედებითი თვითგამოხატვა ერთ-ერთი ცენტრალური პროცესია. იგი ბავშვის განვითარებისა და სწავლის პროცესს ბიძგსა და მიმართულებას აძლევს.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვა განვითარებისა და სწავლის პროცესს ბავშვობის, მოზარდობისა და ზრდასრულობის პერიოდში ადამიანური ყოფიერების სხვადასხვა დონეზე განსხვავებულად და სხვადასხვა მექანიზმებით განსაზღვრავს. ადამიანური ყოფიერების დონეებია: გარემოს, ქცევების, შესაძლებლობების, ღირებულებების, იდენტობის, მიკრო და მაკრო სოციალური კონტექსტის, სახელმწიფოსა და ქვეყნის, საკაცობრიო და უნივერსუმის კონტექსტების დონე. თითოეულ ამ დონეზე კრეატიული პროცესი სპეციფიკურად ავლენს თავს, შემოქმედების პროდუქტი და თვითგამოხატვის გზებიც ამ დონეებზე განსხვავებულია.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვის საკითხი მოზარდის სწავლისა და განვითარების ეტაპებს, სტადიებსა და სხვადასხვა კანონზომიერებებს უკავშირდება და სწავლა-განვითარების სხვადასხვა თეორიების ჭრილში იგი განსხვავებულად წარმოგვიდგება. მაგალითად, სრულიად განსხვავებულად მოიაზრება იგი დ. უზნაძის, ჟ. პიაჟეს, ლ. ვიგოტსკის, კონსტრუქტივიზმის, ნეირომეცნიერებისა და სხვა თეორიათა მიერ.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვისა და მისი ტრენინგის როლი დიდია ტრავმის დაძლევაში, რაზეც აგებულია არტთერაპიის სხვადასხვა პრაქტიკულად მეტად ღირებული მეთოდები და ტექნიკები.

შემოქმედებითი თვითგამოხატვის მრავალრიცხოვანი მეთოდებიდან და ტექნიკებიდან ყველაზე აღსანიშნავია: შესავალი აქტივობები (ნაგულისხმევია ის სავარჯიშოები რომელთა ჩატარებაც უპრიანია სესიის დასაწყისში, მონაწილეთა გაცნობისას, ან მაშინ როდესაც საჭიროა მათი გადახალისება ერთი ხანგრძლივი აქტივობიდან მეორეზე გადასვლის შუალედში), მუსიკა, დრამა, ხატვა, ფოტო და ისტორიების შეთხზვა.

მრავალწლიანი პრაქტიკა შემოქმედებითი თვითგამოხატვის მეთოდების გამოყენებისა დევნილ და ლტოლვილ ბავშვებსა და მოზარდებში, ქუჩის ბავშვებში და ტრავმირებულ მოზარდებში აშკარად გვიჩვენებს მის ეფექტურობას მოზარდის განვითარების პროცესის ხელშეწყობის თვალსაზრისით.

ა

ანთროპოგენეზი – ადამიანის წარმოშობისა და მისი ევოლუციის პროცესი.
 არაფორმალური სწავლება – ისეთი ტიპის სწავლება რომლის გან-
 მავლობაშიც პიროვნება ეუფლება ე.წ. ცხოვრებისეულ უნარებს, რის
 შესახებ არ ასწავლიან ფორმალურ დაწესებულებებში – უნივერ-
 სიტეტებსა და სხვა უმაღლეს სასწავლო დაწესებულებებში.

ალტერნატიული ზედვა – მოვლენათა განსხვავებული, არატიპიური
 პოზიციებიდან აღწერა და განხილვა.

არტ თერაპია – გამომსახველობითი თერაპიის ერთ-ერთი ფორმა, რომ-
 ლის დროს გამოიყენება სახვითი და სხვა ხელოვნების მასალები,
 ისეთი როგორიცაა საღებავი, ცარცი, მარკერები, მუსიკალური
 ინსტრუმენტები და სხვა.

აკუმულირება – დაგროვება, კონცენტრირება.

ასერტიულობა – საკუთარ თავსა და ძალებში დარწმუნებულობა.

ანიმატორი – შემოქმედებითი თვითგამოხატვის სესიის წამყვანი. ადამი-
 ანი რომელიც ზოგადად რაიმე სახის პროცესის წამყვანი ან
 კოორდინატორია.

აპელირება – ვინმეს, ან რაიმეს მოხმობა.

ბ

გონებრივი შტურმი – მეთოდოლოგიური სამუშაო სესიის ან ტრენინგის
 ერთ-ერთი შემადგენელი მეთოდი, რომლის განმავლობაშიც ყოველი
 მონაწილე თავის აზრს უზიარებს წამყვანს ამა თუ იმ ცნების, იდეის,
 ან დებულების შესახებ. გონებრივი შტურმის მთავარი პრინციპი
 მდგომარეობს იმაში, რომ ყოველი აზრი მისაღებია და არ ხორციელ-
 დება მისი კრიტიკა.

დ

დიფერენცირება – სხვაობის მოხდენა, განსხვავებათა დადგენა.

დიალექტიკა – ჭეშმარიტებისადმი სწრაფვა დისკუსიისა და კამათის
 მეშვეობით.

დისოცირება – ზოგადად გამოიყენება იმ პროცესის (ან მისი შედეგის)
 აღსანიშნავად, როდესაც აქტივობების, მოსაზრებების, ფიქრებისა ან
 ემოციების მთელი რიგი განცალკევდება, ჩამოშორდება პიროვნებას
 და პიროვნება მათგან დამოუკიდებლად იწყებს ფუნქციონირებას;

გამოიყენება პიროვნების მიერ ემოციურად მნიშვნელოვანი გარემოდან ფსიქოლოგიური დისტანციის დაჭერის აღსანიშნავად, „სიტუაციის გვერდიდან ყურების“ გადატანითი მნიშვნელობით.

მ

ემოციური რეზონანსი – ემოციათა და გრძნობათა თანხედრა, მსგავსება და თანახმოვანება.

ეგზისტენციალური – რეალურობასთან, არსებობასთან კავშირში მყოფი. ფილოსოფიის განხრით ის, რაც უკავშირდება არსებობას და აქედან გამომდინარე უფრო მეტად ცნობილია გამოცდილებიდან ვიდრე მიზეზ-შედეგობრივი დამოკიდებულებიდან. ის რაც ემპირიულია და უპირისპირდება თეორიულს.

ექსპრესია – გამომსახველობა, გამოხატულება.

ემპათია – წარმოსახვაზე დაყრდნობით სხვათა გრძნობებისა და ემოციების გაშინაგნების უნარი.

ექსკლუზიური – განსაკუთრებული, გამონაკლისი შემთხვევა.

პ

პიკარული – სხვა რაიმეს ჩამნაცვლელი, გამოსასყიდი, კომპენსატორული.

ვირტუალური – წარმოსახული, ის რაც მხოლოდ წარმოსახვის საგანს წარმოადგენს.

ვიქტიმიზაცია – მსხვერპლის სტატუსის მოპოვება და ამ სტატუსზე დაყრდნობით გარკვეული სარგებლის მიღებისადმი სწრაფვა.

პენტილაცია (განცდათა) – პროცესი, რომლის განმავლობაშიც ტრავმირებული პიროვნება მის განცდებზე საუბრობს და ამგვარად საშუალება ეძლევა გამოხატოს ეს მტკივნეული შეგრძნებები.

ო

ოიანენტური – განუყოფელი, მუდმივი, დამახასიათებელი. ის რაც თავის-თავადია და უკავშირდება ღმერთის კონცეფციას, რომელიც მთელს სამყაროს განმსჭვალავს.

იმპერატივი – აუცილებელი, გადაუდებელი და სავალდებულო, ის რაც არ ექვემდებარება წინააღმდეგობასა და განხილვას.

ინსაიტის უნარი – უეცარი აღმოჩენის, გაცნობიერების უნარის არსებობა.

ინვარიანტული – მუდმივი და უცვლელი.

ინტეგრაცია – ძალიან ზოგადი თვალსაზრისით განცალკევებული ელემენტების ერთ მთლიანობაში კოორდინირებისა და გაერთიანების

პროცესი. გარდა ამისა, ეს ტერმინი აღნიშნავს ჰარმონიულ და კოორდინირებულ ერთიან მთლიანობად გადაქცევას, რაც განპირობებულია გადაწყობით, რეორგანიზაციითა და შესაბამისად, ელემენტებისა და ნაწილების დამატებით ან ჩამოშორებით. ინტეგრაცია განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია სოციალურ-ეკონომიკური და კულტურული თვალსაზრისით, როდესაც „ელემენტებად“ მოიაზრებიან პიროვნებები/ადამიანები, რომლებიც განსხვავდებიან თავისი მახასიათებლებით (რასა, სქესი, რელიგია, ეთნოსი, სოციალური კლასი და ა.შ.).

ინტერაქტიული – ურთიერთქმედითი, ერთმანეთზე ზემოქმედების მქონე, მეთანხმებული.

იგნორირება – უგულვებელყოფა, როდესაც რაიმეს მნიშვნელობას არ ანიჭებენ.

ბ

კოსმოგონიური სისტემები – სამყაროს, კოსმოსის წარმოშობისა და განვითარების შესახებ წარმოდგენები და შეხედულებები.

კრეატიულ-სპონტანური აქტივობა – ისეთი ტიპის ქმედება რომლის განმავლობაშიც ადამიანი გაუთვალისწინებელი, დაუგეგმავი (ანუ სპონტანური) ხერხით შემოქმედებით (ანუ კრეატიულ) აქტივობას ასრულებს. მაგ. შეიძლება იყოს ნაგულისხმევი არამიზანმიმართული ან დაუგეგმავი ზატვა, რომელიც არამიზანმიმართული მოძრაობით ხორციელდება და ა.შ.

კათარზისული განცდები – ტერმინი წარმოქმნილია ბერძნულიდან და ნიშნავს გასუფთავებას. ფსიქოანალიტიკურ თეორიაში ეს მნიშვნელობა ნასესხები იყო დაძაბულობისა და შფოთვის შეგრძნებების გამოხატულების, გამოვლენის, ერთგვარი განმუხტვის აღსანიშნავად, რაც ასახავს წარსულში განდევნილი იდეების, გრძნობების, სურვილებისა და მოგონებების ცნობიერებაში ხელახალ დაბრუნებას. ყოველდღიურ სასაუბრო ენაში ხშირი გამოყენების შედეგად ამ ტერმინის მნიშვნელობა გაფართოვდა და მას იყენებენ ნებისმიერი დამაკმაყოფილებელი ემოციური განცდის აღსანიშნავად.

კაკოფონია – არათანხმოვანი ბგერების ერთობლივი ჟღერადობა, რაც სმენისათვის სიამოვნების მომგვრელი არ არის.

კინესთეზური – ის რაც კუნთურ და სახსრების შეგრძნებებს ანუ კინესთეზიას უკავშირდება.

კუნთური ჯავშანი – სპეციფიური სახის კუნთური დაძაბულობა,

რომელიც დამახასიათებელია ბავშვებისათვის ხშირ შემთხვევაში
კისერში, ღიაფრაგმასა და ხელებზე.
კონსერვაცია – შემონახვა და დაცვა.

ლ

ლიმიტირებული – შეზღუდული და შემოფარგლული.

მ

მაქსიმა – მაქსიმალური მნიშვნელობის მქონე.

მაიევეტიკა – ბებია ქალობა.

მედიატორი – შუამავალი და შემრიგებელი.

მეტრი – ზომა მუსიკალურ ნაწარმოებში.

ნ

ნარცისი – ბერძნული მითოლოგიის გმირი, რომელიც განთქმული იყო
მისი სილამაზითა და საკუთარი თავისადმი სიყვარულით.

პ

პროაქტიული ქცევა – აქტიური ქცევა, რომელიც არ არის დამოკიდე-
ბული რაიმე სახის სტიმულზე.

პრენატალური პერიოდი – პერიოდი დაბადებამდე.

პერმანენტული – მუდმივი, უწყვეტი.

პატერნი – ხატვის შემთხვევაში გარკვეული სახის მონახაზი, რომელიც
შესაძლოა მეორედებოდეს ქსოვილზე. ასევე მაგალითი, ან სტრუქტურა
რაიმესი.

პანტომიმა – ჟესტების ენა, რაიმე საზრისის გამოსახვა ჟესტებით.

პლასტიკა – ზოგადად მოქნილობა. ქანდაკების შემთხვევაში ფორმების
შექმნასთან დაკავშირებული მოქნილობა იგულისხმება.

პროექცია – ფსიქოლოგიაში: საკუთარი გრძნობების, მოსაზრებებისა და
განწყობების მიწერა სხვა პიროვნებისათვის. ამ შემთხვევისათვის
ტიპიურია ის, რომ პიროვნება უარყოფს ამ გრძნობების, მოსაზრებე-
ბისა და განწყობების არსებობას და პროექცია მოქმედებს დაცვითი
მექანიზმის სახით. ეს პროცესი კი თავისთავად იცავს ინდივიდს
შფოთვისა და შინაგანი კონფლიქტებისაგან, რომლებიც განდევნის
საგანს წარმოადგენენ.

რეაქტიული ქცევა – ძალიან ზოგადად ეს არის სიტყვა საპასუხო-სინონიმი. რაც ეხება და თავის მხრივ წარმოადგენს ისეთი ტიპის მოქმედებას, რომელიც არის არა შინაგანად მოტივირებული მოქმედება, არამედ გამოწვეულია გარკვეული სახის სტიმულებით ან სხვათა ქმედებით.

რეალობის პრინციპი – პრინციპი რომელიც ემყარება რეალობას და გამომდინარეობს ფაქტებზე დაყრდნობით წარმოებული არგუმენტირებიდან. მაშინ როდესაც ეგოს ფუნქციები საკმარისად არიან განვითარებული, ბავშვი წარმოსახვაზე დაფუძნებული სურვილების აღსრულებაზე მიმართული ქცევის ნაცვლად ახორციელებს რეალობასთან ადაპტირებულ ქცევას.

რიგიდულობა – შეუდრეკელი, ხისტი ხასიათის მიდგომა.

როლური დრამა – დრამის ერთ-ერთი ტექნიკა რომელიც ეფუძნება სოციალურ როლებზე დამყარებულ სავარჯიშოებს, სადაც მონაწილეებს შესაძლებლობა ეძლევათ თავიანთი განწყობანი და მოსაზრებები ამა თუ იმ სოციალური როლის გათამაშებისას გამოხატონ.

რეზისტენტობა – ოპოზიცია, უკუქმედება და შეწინააღმდეგება.

რელაქსაცია – ძალების აღდგენა, დასვენება. ზოგიერთ შემთხვევაში ასევე იგულისხმება განმუხტვა და შემსუბუქება.

რეფლექსია – აზრთა და შთაბეჭდილებათა ასახვა და კვლავწარმოება.

ს

სიამოვნების პრინციპი – ამ შემთხვევაში იგულისხმება იდის ჰიპოთეტურად ნაადრევი და პრიმიტიული ფუნქცია, რომელიც მიმართულია დააკმაყოფილოს ნებისმიერი სახის საჭიროება პირდაპირი საშუალებებით, ან ჰალუცინაციითა და ფანტაზიით – რაც ნიშნავს იმას, რომ ბავშვის განვითარების ამ სტადიაზე ფანტაზიისა და რეალობის განსხვავება წარუმატებელია. სტანდარტული ფროიდისეული მოდელის თანახმად ეს არის პრიმიტიული, სიამოვნების ძიებაზე და ტკივილის აცილებაზე მიმართული ოპერაციები, რაც ნელ-ნელა რეალობის პრინციპით ჩაინაცვლება.

სპონტანურობა – თვითნებურობა, ბუნებრივობა და უშუალობა.

სტერეოტიპული რეპერტუარი (ქცევათა) – მოქმედებების წინასწარგანსაზღვრული და შაბლონური ნაერთი, რომელიც გამოიყენება ამა თუ იმ მოვლენის შემთხვევაში, ან მორგებულია გარკვეული სახის სოციალური სიტუაციისადმი.

სიმბიოზური მდგომარეობა – იგივეა რაც მჭიდრო თანაცხოვრებაში მყოფი, იგულისხმება სულიერი ან ფიზიკური სიახლოვე.

სენზიტიური – მგრძნობელობით განმსჭვალული.

სინქრონული – რაიმეს პარალელური ხდომილობა.

სურეალიზმი – კულტურული მიმდინარეობა, რომელსაც საფუძველი ჩაეყარა ადრეულ 20-იან წლებში და უფრო მეტად ცნობილია სახვითი ხელოვნების და ამ ჯგუფში მყოფი ადამიანების სამწერლო შემოქმედებით.

სტატიური – იგივეა რაც უმოძრაო, ან ნაკლები მოძრაობის შემცველი.

სუიციდი – თვითმკვლელობა.

ტ

ტრანსცენდირება – მოცემულობის ზღვარის გადალახვა, რაღაცის მიღმა გასვლა ან გარღვევა, მაგალითად, ზოლული სამყაროს მიღმური ხედვა, ზებუნებრივი მოვლენების დაშვება, ღმერთის იდეა.

ტრანსფორმაცია – რაიმე ფორმის სხვა ფორმაში გარდასახვა. ტერმინი ასევე გამოიყენება სულიერი, პიროვნული ცვლილების აღსანიშნავად.

ტოლერანტობა – ტოლერანტობა სხვათა ქცევის, რწმენებისა და ფასეულობებისადმი თავისუფალი მიმდებლობის ატიტუდია. ზოგნი ამ ტერმინს პოზიტიურ კონოტაციას ანიჭებენ, რაც გამოიხატება იმაში, რომ ტოლერანობა მოიაზრება სხვათა ფასეულობების მძლავრ მხარდაჭერასა და პლურალიზმის ღირებულების აღიარებაში. ჭეშმარიტად ტოლერანტი ადამიანი შეეწინააღმდეგება ამგვარი სახის თავისუფალი თვითგამოხატვის შეზღუდვას. თუმცა სხვანი ამ ტერმინს ნაწილობრივ ნეგატიურ დატვირთვას ანიჭებენ, ამ შემთხვევაში იგულისხმება, რომ ტოლერანტობა ნიშნავს დაძაბულ დამთმენლობას. რაც პირდაპირი მნიშვნელობით სხვათა ქცევის, რწმენებისა და ფასეულობებისადმი შეგუებისას კბილების ღრჭენასთან არის ასოცირებული.

უ

უნიფიკაცია – შერწყმა და გაერთიანება.

უტილიტალური მოთხოვნილება – სამომხმარებლო მოთხოვნილება.

ქ

ქარიზმა – ტერმინი წარმოიშვა ბერძნულიდან, ნიშნავს „საჩუქარს“ ან „ღვთაებრივ განწყობას“ და ეხება განსაკუთრებულ თვისებას, რომელიც მდგომარეობს გარეგნულ ან პიროვნულ უკიდურეს მომხიბ-

ლაობასა და „მაგნიტურ“ მიმზიდველობაში, რაც ასევე თან სდევს თანდაყოლილ და საკმაოდ დიდი სიმძლავრის მქონე პიროვნულ კომუნიკაბელურობასა და დამაჯერებლობას.

3

პედონიზმი – ფსიქოლოგიაში: თეორია იმის შესახებ, რომ ქცევა მოტივირებულია სიამოვნებისადმი და ტკივილის აცილებისადმი სწრაფვით. ეთიკის სფეროში: დოქტრინა იმის შესახებ, რომ ადამიანის ქცევა უნდა იყოს დაფუძნებული და ილტვოდეს სიამოვნებისადმი და ტკივილის აცილებისადმი. პირველი განმარტება აღწერითი, ხოლო მეორე კი მიმართულების მომცემი სახის არის.

პიპერაქტიურობა – საკმაოდ დიდი სიძლიერისა და ინტენსივობის მქონე, უადგილო მოტორული ქმედება.

1. Augusto Boal, "Games for Actors and Non-Actors", Routledge Taylor & Francis Group, London and New York;
2. UNICEF, Visualization in Participatory Programmes VIPP, Games and Exercises, A manual for facilitators and trainers involved in participatory group events;
3. Arthur S. Reber, "Dictionary of Psychology", Penguin, Second Edition;
4. Life Foundation – Cuza Voda 17, Oradea ROMANIA, "Methods and Techniques used in Intercultural Youth Projects";
5. ნ. სარჯველაძე, ზ. ბებერაშვილი, ჯ. ჯავახიშვილი, ნ. მახაშვილი, ნ. სარჯველაძე, „ტრავმა და ფსიქოლოგიური დაზიანება“, ადამიანის რესურსების განვითარების ფონდი, თბილისი – 2008, გამოცემულია ფონდის „გლობალური ინიციატივა – თბილისის“ მხარდაჭერით;
6. დ. უზნაძე, „ბავშვის ფსიქოლოგია – სასკოლო ასაკის ფსიქოლოგია“, თბილისი, 2005;
7. Грейс Крайг, Дон Бокум, «Психология Развития», 9-е издание, Питер, 2006;
8. Лев Выгодский, «Мышление и Речь», АСТ Москва, 2008 г;
9. Жан Пиаже, «Психология Интеллекта», 1-е издание, Питер, 2004.