

## Attēli, kas palīdz izteikt domas un sajūtas



Expresspack ir paka ar 53 spēļu kāršu lieluma attēliem (88 x 63 mm). Attēlus uzmanīgi izvēlējās un salika kopā fotogrāfi un treneri Saimons Volijs (Simon Whalley) un Tonijs Raitis (Tony Wright). RSVP Design ir priecīgi pievienot šo aktivitāti savam attēlu/metaforu aktivitāšu klāstam. Nelielais izmērs un plaša attēlu izvēle šajā pakā patiesi nodrošina lielisku materiālu treneriem un pasniedzējiem, lai palīdzētu indivīdiem un grupām izteikt sevi un iesaistīties stimulējošās diskusijās. Attēli palīdz visiem iesaistītajiem veicināt sapratni un progresēt. Kāršu paka var tikt izmantota individuālajā darbā, vai arī mazās grupās (3-4 cilvēki)

Kā Tu vari izmantot aktivitāti?

### Uzsākt grupu darbu

Reizēm gadās tā, ka esi ar grupu ilgāku brīdi, bet sarunas neiet uz priekšu. Izmanto expresspack darba sākumā, vai arī, lai dabīgi iekustinātu sarunu to ideju virzienā, kuras vēlies apspriest. Izklāj attēlus dalībnieku priekšā un lūdz viņiem izvēlēties kārti, kura, viņuprāt, attiecas uz viņiem pašiem. Tālāk viņi var izmantot šo kārti, lai iepazīstinātu apkārtējos ar sevi.

### Izmaiņas

Izmaiņas notiek nepārtraukti, un tā ir tēma, ko var apspriest izmantojot expresspack. Aktivitāti var izmantot pirms tiek ieviestas kādas izmaiņas darba gaitā. Dalībniekiem/grupai/komandai lūdz izvēlēties kārti, kura attēlo esošo situāciju un otru kārti, kura parāda, kā viņi redz nākotni pēc izmaiņu ieviešanas.

### Vadības un darba organizācijas attīstība

Vadītājiem un direktoriem vajag ievest skaidrību situācijās. Bieži vien viņi to nedara, tādēļ ar expresspack var uzdot tādus jautājumus kā: "Izvēlies 5 kārtis, kuras attēlo tavu redzējumu un to, kas Tev ir svarīgs darba lomā?"

Kāpēc izmantot metaforas komunikācijas veicināšanai? Tu vari uzlabot rezultātus, jo:

- Metaforas nodrošina svarīgu ceļu uz personas domāšanu caur dziļāku un skaidrāku līmeni
- Metaforas sabiezina informāciju, padarot jēdzienus taustāmākus un vieglāk apstrādājamus
- Pieredzes metaforai ir līdzīga struktūra kā pašai pieredzei, ko tā attēlo
- Metaforas pilnīgāk attēlo pieredzi nekā abstrakti jēdzieni, tādējādi atraisot efektīvāku sarunu
- Kad cilvēks piedzīvo pārmaiņas, abi, gan metafora, gan dzīves pieredze, izmainās

### Kādas ir šīs aktivitātes priekšrocības?

Aktivitāte ir ļoti daudzpusīga un tiek izmantota, kā stimuls, lai palīdzētu indivīdiem izteikt savas vajadzības un skatu punktus daudz ātrāk un dziļāk. Vizuālas metaforas iedrošina cilvēkus runāt, pat tos, kuri parasti ir rezervēti un atturīgi saņemot tiešus jautājumus. Šie attēli ir bijuši īpaši veiksmīgi darbā ar jauniešiem un sociālajiem darbiniekiem, kuri atzīst, ka attēli ir vērtīgs veids kā palīdzēt indivīdiem izteikt to, kādā stāvoklī viņi ir tagad un kādu vēlas redzēt savu nākotni. Attēli rada drošu vidi, kurā apspriest jūtīgas tēmas. Attēlu mazais izmērs dod iespēju dalībniekiem darboties atsevišķi. Tādā veidā ir iespēja pieiet katram dalībniekam personīgi, pat, ja strādā grupā.



Lai pievienotu Expresspack saviem mācību rīkiem: