

MAKING SPACE 365 KŪRYBINIŲ ĮGŪDŽIŲ IR JAUNIMO VERSLUMO MOKYMO PRIEMONIŲ RINKINYS

Maksimalus jaunų žmonių
potencialo didinimas per kūrybinį ir
kultūrinį verslumą bendruomenėje

Kūrybiškumo
kompetencijos

Modulis T7

Vaizduotė ir kognityvinis
lankstumas

MAKING
SPACE



365



2020-1-PT02-KA227-YOU-007635

Modulis T7: Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas

Šiame modulyje rasite modulinių, aktyvių mokymosi išteklių ir veiklų rinkinį, kuris padės jums ir jūsų besimokantiems ugdyti vaizduotės ir kognityvinio lankstumo kompetencijas.

Šiame modulyje yra:

- 3 valandų trukmės tiesioginio mokymo(si) veiklos aprašas,
- 2 val. trukmės savarankiško mokymosi veikla,
- Informacinis lapas,
- Mokymosi dalomoji medžiaga (priedas) ir
- Savirefleksijos užduočių rinkinys (priedas).

Šio modulio tikslas ir mokymosi uždaviniai

Pagrindinis šio modulio tikslas – ugdyti pagrindinius kultūrinius verslumo įgūdžius ir kūrybines kompetencijas, suteikiant priemonių, padedančių ugdyti *vaizduotės ir kognityvinio lankstumo* kompetencijas, rinkinį.

Šiame modulyje besimokantieji turėtų įgyti šias žinias, įgūdžius ir nuostatas:

TEMA	Žinios	Įgūdžiai	Nuostatos
T7 Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas	<ul style="list-style-type: none">• T7K1 – Pagrindinis vaizduotės ir kognityvinio lankstumo sąvokų ir jų skirtingų aspektų supratimas;• T7K2 – Suprasti vaizduotės ir kūrybinio mąstymo ryšį;• T7K3 – Žinios apie priemones ir metodus, padedančius skatinti kūrybiškumą ir didinti pažinimo lankstumą.	<ul style="list-style-type: none">• T7S1 – Gebėjimas pasitelkti vaizduotę ir kognityvinį lankstumą kliūtims įveikti ir problemoms spręsti;• T7S2 – Gebėjimas mąstyti nestandartiškai ir išvystyti įvairias galimybes ir potencialą;• T7S3 – Gebėjimas panaudoti įvairių idėjų elementus naujoms novatoriškoms idėjoms kurti;• T7S4 – Gebėjimas kurti viziją;• T7S5 – Empatija;• T7S6 – Gebėjimas palengvinti kitų vaizduotės ir kūrybiškumo procesus;• T7S7 – Gebėjimas būti lanksčiam ir prisitaikyti įvairiose situacijose ir kintančioje aplinkoje.	<ul style="list-style-type: none">• T7A1 – Suvokimas, kad vaizduotė yra labai svarbi inovacijoms;• T7A2 – Atvirumas įsivaizduoti naujas idėjas ir (arba) kitokius ateities rezultatus;• T7A3 – Lankstumas;• T7A4 – Gebėjimas prisitaikyti;• T7A5 – Kognityvinio lankstumo svarbos suvokimas sėkmingam idėjos / veiklos įgyvendinimui.

1 dalis: Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas. Kontaktinio mokymo(si) veikla

Šioje modulio dalyje rasite išsamią mokymosi užduotį, skirtą tiesioginiams grupiniams mokymams. Šios mokymosi veiklos trukmė – 3 valandos. Šios veiklos tikslas – padėti mokymų vadovams / fasilitatoriams suteikti besimokančiųjų grupėms holistinę mokymosi patirtį, kuri padėtų jiems ugdyti vaizduotę ir kognityvinio lankstumo kompetenciją.

Veikloje naudojamos įvairios priemonės, kurias galima naudoti su skirtingomis tikslinėmis grupėmis ir pritaikyti pagal kiekvienos besimokančiųjų grupės poreikius.

Santrauka

Įrankio pavadinimas / numatomas laikas		Įrankio tipas	Įrankio tikslas
1 Dalis			
1	Įvadas į „Devynių taškų“ galvosūkį 20'	Įvadas / individualus darbas	Įveskite į temą, suteikite dalyviams energijos ir paskatinkite juos mąstyti nestandartiškai.
2	“Kiaušinio mėtymas” 40'	Komandos formavimas	Skatinti dalyvius pasitelkti vaizduotę ir kognityvinio lankstumo įgūdžius bei dirbti komandoje.
3	“Mūsų istorija” 30'	Komandinis darbas / istorijos pasakojimas	Suteikti dalyviams galimybę pasitelkti vaizduotę ir kūrybiškumą bei kartu ką nors sukurti.
Pertrauka 20' minučių			
2 Dalis			
4	“Mūsų istorija” iššūkiai... 70'	Komandos formavimas / istorijos pasakojimas	Leisti dalyviams panaudoti kognityvinį lankstumą, kad rastų skirtingus duotų iššūkių sprendimus.
5	“Refleksija” 20'	Plenarinė diskusija	Apibendrinti veiklą, suteikti erdvės komentarams ir klausimams bei įtvirtinti tai, ko dalyviai išmoko šios veiklos metu.

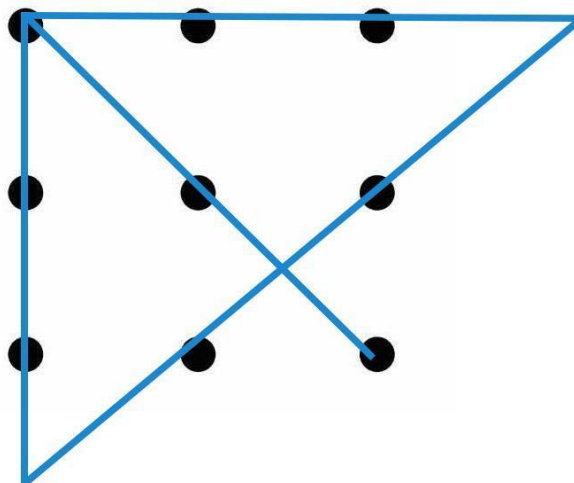
Išsamus aprašas:

1 Dalis	
SESIJOS PAVADINIMAS	Išvadas į vaizduotę ir kognityvinį lankstumą
Numatoma trukmė	1 valanda ir 30 minučių
Grupės dydis	Iki 30 dalyvių
Reikalinga įranga, medžiagos ir erdvė	<p>Bendrai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A4 formato popierius • Rašikliai • Spalvoti žymekliai • Didelė erdvė • Stalai (bent tiek, kiek yra suformuotų grupių) ir kėdės <p>Devynių taškų dėlionė:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Devynių taškų dėlionės dalijamoji medžiaga <p>Kiaušinių mėtymo užduočiai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Popieriniai geriamojo vandens šiaudeliai arba nedidelės medinės lazdelės – mažiausiai 7 kiekvienai grupei • A4 formato popieriaus lapai • Keletas audinio gabalėlių • Popieriaus juosta arba lipni juosta • Žalių kiaušinių – po 2 kiekvienai grupei (jie turi naudoti tik 1 kiaušinį, bet turėti papildomų, jei kiaušinis sudužtų per konstravimo etapą). • Aukšta vieta, nuo kurios bus galima numesti kiaušinį (geriausia, jei ji veda į vietą, kurią vėliau galima lengvai išvalyti). • Pakankamai didelė laisva grindų ar stalo erdvė, kad komanda galėtų dirbti <p>Veiklai "Mūsų istorija"</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dalomoji medžiaga – skirtinga kiekvienai komandai – ją rasite šio dokumento pabaigoje • Arba: Kortelės „Dixit“
Tikslai	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Norėdami pristatyti temą, suteikite dalyviams energijos ir paskatinkite juos mąstyti nestandartiškai. ❖ Paskatinti dalyvius pasitelkti vaizduotę ir kognityvinio lankstumo įgūdžius bei dirbti komandoje. ❖ Suteikti dalyviams galimybę pasitelkti vaizduotę ir kūrybiškumą, kad jie galėtų ką nors kartu sukurti.
Žinios, įgūdžiai, Požiūris Nuoroda	T8K1, T8S1-S3, T8A2-A3
Išsamus aprašymas	<p>Ši veiklos dalis suskirstyta į 3 etapus, kuriuose naudojamos skirtingos priemonės:</p> <p>1 etapas: išvadas ir devynių taškų problema</p> <p>1 žingsnis: Vedėjas pristato dalyviams temą, sakydamas kažką panašaus į...</p> <p>„Sveiki atvykę. Šiandien nagrinėsime vaizduotės ir kognityvinio lankstumo temą. Du įgūdžius, kurie sudaro kūrybinį mąstymą ir kurių ugdymas yra būtinas visiems, norintiems kurti savo verslą, ypač kultūros ir kūrybos sektoriuose. Tai taip pat įgūdžiai, kurie padės jums kūrybiškai mąstyti ir rasti būdų, kaip įveikti bet kokias kliūtis ir</p>

iššūkius, su kuriais susidursite. Šį užsiėmimą pradėsime nuo nedidelės dėlionės.“

2 žingsnis: Dalyviams išdalykite daromąją medžiagą su devynių taškų problema ir paaiškinkite jiems taisykles. Suteikite jiems keletą minučių individualiai padirbėti sprendžiant galvosūkį. **NEDUOKITE** jiems daugiau jokių nurodymų.

3 žingsnis: Po kelių minučių paklauskite, ar kas nors ją išsprendė, ir pažiūrėkite, kaip tai padarė. Vienintelis būdas išspręsti galvosūkį – pratęsti linijas už įsivaizduojamos dėžės, sukurtos devyniais taškais, ribų:



4 žingsnis: Aptarkite su dalyviais, ar buvo sunku rasti sprendimą ir kodėl. Pabrėžkite, kaip svarbu būti kūrybiškiems ir mąstyti nestandartiškai, kad būtų galima rasti problemų sprendimus.

2 etapas: „Kiaušinių mėtymas“

1 žingsnis: Suskirstykite dalyvius į komandas po 4–6 žmones.

2 žingsnis: Kiekvienai komandai išdalykite medžiagą:

- Popierinių geriamojo vandens šiaudelių arba mažų medinių lazdelių – mažiausiai 7 kiekvienai grupei.
- A4 formato popieriaus lapai – po 1 kiekvienai komandai
- Keletas audinio gabalėlių
- Popieriaus juosta arba lipni juosta
- Žalių kiaušinių – po 1 kiekvienai komandai (bet pasilikite keletą papildomų, jei kiaušiniai sudužtų per konstravimo procesą)
- Neduokite jiems per daug medžiagų

3 žingsnis: paaiškinkite taisykles: jų užduotis – pasitelkus vaizduotę, komandinio darbo ir projektavimo įgūdžius sukurti konstrukciją, kuri neleistų kiaušiniui sudužti, jei jis nukristų iš ne mažesnio kaip 3 metrų aukščio. Kad sukurtų šią konstrukciją, jie gali naudoti tik jiems pateiktas medžiagas. Jei konstrukcijos metu medžiagos bus sunaikintos (išskyrus kiaušinį), jos nebus pakeistos, todėl prieš jas naudodami jie turi gerai pagalvoti.

Jei bus daugiau nei viena komanda, kurios konstrukcija „išgelbės“ kiaušinį, nugalėtoja bus išaiškinta vertinant ir konstrukcijos kūrybiškumą, taip pat jos vizualinę išvaizdą. Komandos turi 20 minučių projektams užbaigti.

	<p>4 žingsnis: Po 20 minučių vedėjas surenka visas konstrukcijas ir jas išbando. Įsitikinkite, kad turite pakankamai aukštą (ir saugią) vietą, iš kurios jas galima mesti.</p> <p>5 žingsnis: Procesui pasibaigus, aptarkite su dalyviais. Galite užduoti tokius klausimus, pvz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kas vyko per projektavimo ir konstravimo etapus? • Kaip jie sugalvojo savo idėjas? • Ar projektas kaip nors pasikeitė ir kodėl? • Ar jie sugalvojo alternatyvius būdus, kaip įgyvendinti savo pradinį projektą? • Ar kilo kokių nors problemų ir kaip jie jas išsprendė? • Ar pasitaikė sunkumų, ir jei taip, kaip jie reagavo? <p>Kiaušinių mėtymo pratimas yra puikus, siekiant skatinanti vaizduotę ir kognityvinį lankstumą, atsižvelgiant į tai, kad yra begalė būdų jį atlikti. Jis taip pat supažindina dalyvius su komandiniu darbu ir bendradarbiavimu.</p> <p>3 etapas: Mūsų istorija</p> <p>1 žingsnis: Suskirstykite dalyvius į grupes po 4–6 žmones (ne daugiau kaip 5 komandos) ir kiekvienai grupei išdalykite po 1 dalomąją medžiagą su užduotimi „Mūsų istorija“ (kiekvienai grupei skirtingą).</p> <p>2 žingsnis: Kiekvienos grupės dalyviai turi dirbti kartu ir parašyti išgalvotą istoriją, kaip įkvėpimo šaltinį naudodami dalomojoje medžiagoje esančias nuotraukas. Visose istorijose turi būti bent vienas pagrindinis veikėjas ir tiek antraeilių, kiek jiems patinka.</p> <p>Užduočiai atlikti skirkite jiems 20–30 minučių.</p> <p>Pratimas bus tęsiamas po pertraukos.</p> <p>Variacija: taip pat galite naudoti DIXIT korteles. Pakvieskite kiekvieną komandą išsitraukti / išsirinkti po 2 korteles, kurių pagrindu bus kuriama istorija.</p>
Patarimai ir rekomendacijos mokymų vedėjui	<p>Labai svarbu, kad visų užsiėmimų metu mokymų vadovas (fasilitatorius) būtų šalia ir stebėtų dalyvius bei primintų jiems apie likusį laiką. Tačiau jis (ji) turi leisti dalyviams naudotis savo kūrybiškumu ir vaizduote ir nesikišti su idėjomis, net jei to prašoma.</p>
PERTRAUKA	
2 Dalis	
SESIJOS PAVADINIMAS	Kognityvinis lankstumas praktikoje!
Numatoma trukmė	1 valanda ir 30 minučių
Grupės dydis	iki 30 dalyvių
Reikalinga įranga, medžiagos ir erdvė	<ul style="list-style-type: none"> • Didelis popierius • A4 formato popierius • Rašikliai • Spalvoti žymekliai • Didelė erdvė

	<ul style="list-style-type: none"> • Stalai (bent jau tiek, kiek yra suformuotų grupių) ir kėdės
Tikslai	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Leisti dalyviams pasinaudoti kognityviniu lankstumu, kad jie galėtų rasti skirtingus duotų iššūkių sprendimus. ❖ Apibendrinti veiklą, suteikti erdvės komentarams ir klausimams bei įtvirtinti tai, ką dalyviai išmoko per šią veiklą.
Išsamus aprašymas	<p>1 žingsnis: Kiekviena grupė pristato ir (arba) perskaito savo sukurtą istoriją kitiems dalyviams (3–5 minutės vienai grupei, iš viso ne ilgiau kaip 20–30 minučių).</p> <p>2 žingsnis: Kiekviena grupė perduoda savo istoriją kitai grupei (t. y. 1 grupė – 2 grupei ir t. t. Paskutinė grupė perduoda savo istoriją 1 grupei).</p> <p>3 žingsnis: Grupės atidžiai perskaito duotas istorijas ir sugalvoja vieną sudėtingą kliūtį, su kuria istorijoje susiduria pagrindinis veikėjas, ir užrašo ją ant vieno popieriaus lapo. Šiai užduočiai atlikti jos turi 10 minučių.</p> <p>4 žingsnis: Grupės grąžina istorijas jų pirminiams savininkams kartu su iššūkiu. Kiekviena grupė turi sugalvoti kuo daugiau būdų, kaip veikėjas galėtų įveikti kliūtį (bent 3). Šiai užduočiai atlikti skirkite grupėms 20 minučių, o rezultatus surašykite ant didelio popieriaus lapo.</p> <p>5 žingsnis: Suteikite žodį kiekvienai grupei pristatyti savo sprendimus ir palikite vietos klausimams bei komentarams.</p> <p>REFLEKSIJA!!! Viena iš svarbiausių kiekvienos veiklos dalių yra apibendrinimas. Įsitinkite, kad tam skiriate pakankamai laiko ir kad visi dalyviai jaučiasi patogiai.</p> <p>Galite užduoti dalyviams tokius klausimus, pvz.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Kaip jautėtės šios veiklos metu? ❖ Kaip lengva buvo pasitelkti vaizduotę užduotims atlikti? ❖ Kaip lengva buvo sugalvoti įvairius kliūčių, su kuriomis turėjo susidurti jūsų istorijos "herojus", sprendimus? ❖ Kokie buvo iššūkiai / sunkumai atliekant šią veiklą? ❖ Kaip jums pavyko rasti sprendimus? ❖ Ką jūs ar kiti dalyviai darėte, kas buvo naudinga šiam procesui? ❖ Jei iš šios veiklos pasiimtumėte vieną dalyką, kas tai būtų?
Patarimai ir rekomendacijos mokymų vedėjui	<p>Pateikite aiškius nurodymus. Būkite šalia ir pasiruošę padėti dalyviams, jei jiems to reikia, bet taip pat suteikite jiems erdvės apmąstymams ir diskusijoms tarpusavyje.</p>

2 dalis: Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas – savarankiško mokymosi veikla

Šioje modulio dalyje rasite užduočių, skirtų savarankiškam mokymuisi, rinkinį, kuris padės besimokantiems ir (arba) vedantiems įtvirtinti žinias apie savęs suvokimą ir veiksmingumą, taip pat apie metodus ir priemones, galinčias padėti jiems atpažinti savo stipriąsias ir silpnąsias puses bei ugdyti įgūdžius ir požiūrį, susijusius su savęs suvokimo ir veiksmingumo kompetencija (kaip išsamiai aprašyta pirmiau).

1 veikla: Vaizdo įrašai ir klausimai

Peržiūrėkite šiuos vaizdo įrašus



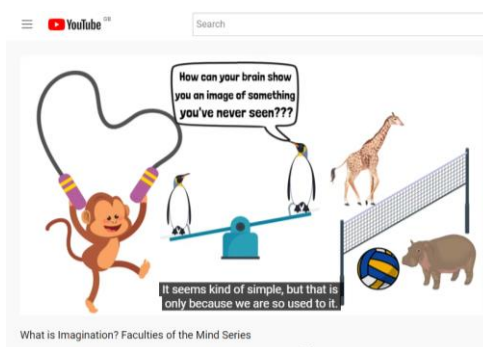
„Kas yra kognityvinis lankstumas“ –

https://www.youtube.com/watch?v=s9nV_4ckULq&ab_channel=TimeManagementandProductivity



„Kaip kognityvinis lankstumas išgelbėjo man gyvybę“ –

https://www.youtube.com/watch?v=sOcMNw8G7Is&ab_channel=TEDxTalks



„Kas yra vaizduotė“ –

https://www.youtube.com/watch?v=hNVhMFaGNQ&ab_channel=OntheMind

- **1 Klausimas:** Kas yra vaizduotė ir kognityvinis lankstumas? Kaip jie susiję?
- **2 klausimas:** Kodėl vaizduotė ir kognityvinis lankstumas yra svarbūs?
- **3 klausimas:** Kaip vaizduotės ir kognityvinio lankstumo įgūdžių lavinimas gali sustiprinti jūsų kūrybinio mąstymo įgūdžius ir galiausiai padėti jums kurti sėkmingą verslą kultūros ir kūrybos sektoriuose?

2 veikla: Įvairių būdų atradimas

Kognityvinis lankstumas – tai gebėjimas pritaikyti savo mąstymą prie įvairių situacijų ir aplinkos bei mąstyti lanksčiai. Kognityvinio lankstumo ugdymas yra svarbus, nes jis leidžia vienu metu sutelkti dėmesį į skirtingas užduotis, taip pat efektyviai spręsti dviprasmiškumo ir pokyčių problemas.

Norėdami patikrinti savo kognityvinį lankstumą, išbandykite šį pratimą:

Jūsų įprastas kelias į darbą ar mokyklą yra užtvertas dėl kelio darbų. Pabandykite pagalvoti ir užrašyti VISUS galimus alternatyvius būdus, kuriais galite nuvykti į darbą / mokyklą.



Baigę atsakykite į šiuos klausimus:

- 1 klausimas:** Kiek alternatyvių būdų radote? Ar jie apėmė skirtingus kelius, taip pat skirtingas transporto priemones?
- 2 klausimas:** Ar jums buvo sunku sugalvoti šiuos alternatyvius kelius?
- 3 klausimas:** Jei dabar, atsakę į šiuos klausimus, turėtumėte viską daryti iš naujo, ar darytumėte kitaip? Ar ką nors pridėtumėte?

Modulis T7: Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas

Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas

Informacinis lapas



Kas yra vaizduotė?

Pasak Merriam–Webster žodyno, vaizduotė yra:

1: veiksmas arba gebėjimas mintyse susikurti vaizdą kažko, ko nėra pojūčiuose arba kas niekada anksčiau nebuvo visiškai suvokta tikrovėje

2a: kūrybinis gebėjimas

b: gebėjimas susidurti su problema ir ją spręsti:
IŠRADINGUMAS

c: maštantis arba aktyvus protas: INTERESAS

3a: proto kūrinys

b: išgalvota arba tuščia prielaida

šaltinis: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/imagination>

Kas yra kognityvinis

Norint suprasti kognityvinio lankstumo sąvoką, tereikia suprasti jos sudedamąsias dalis:

Kognityvinis:

Kilęs iš žodžio "pažinimas", kuris yra "protinis veiksmas arba procesas, kurio metu mintimis, patirtimi ir pojūčiais įgyjamos žinios ir supratimas", ir **lankstumas**:

1. Lengvai lenkiama ir nelūžta.

1.1. Galimybė būti lengvai modifikuojamam.

1.2. Noras keistis arba eiti į kompromisą.

šaltinis: <https://www.lexico.com>

Atsižvelgiant į tai, **kognityvinis lankstumas** reiškia asmens gebėjimą koreguoti savo mąstymą ir pritaikyti jį pagal iš aplinkos gaunamus dirgiklius, gebėjimą keisti mąstymo būdą, taip pat gebėjimą vienu metu mąstyti apie skirtingus dalykus..



Kodėl visa tai yra svarbu?

Vaizduotės ir kognityvinio lankstumo įgūdžių ugdymas yra labai svarbus, nes jie yra būtini:

Kūrybiniam mąstymui
Mokymuisi mokytis
Sprendimų priėmimui
Gebėjimui susidoroti su dviprasmybėmis ir pokyčiais
Kūrybiškumui
Inovacijoms
Problemų sprendimui... ir dar daug daug kitų dalykų!

BESIMOKANČIŲJŲ DALOMOJI MEDŽIAGA MODULIS T7: Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas

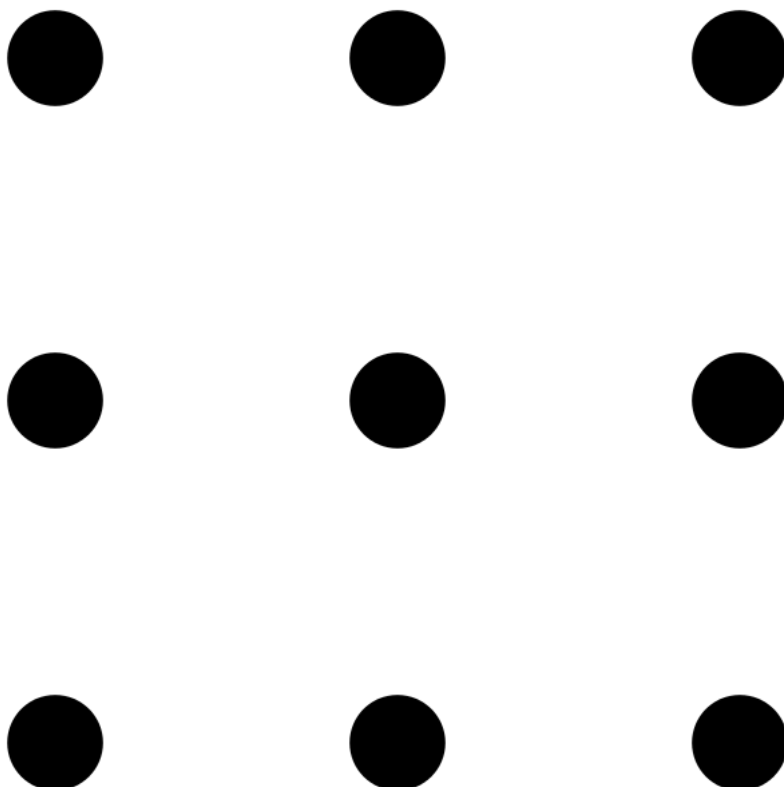
Devynių taškų dėlionė

Užduotis: Sujunkite VISUS devynis taškus keturiomis linijomis, kurios jungiasi viena su kita, neatitraukdami pieštuko nuo popieriaus, o per kiekvieną tašką turi eiti tik viena linija.

Taip pat neleidžiama pieštuku judėti atgal.

Užduočiai atlikti turite 10 minučių!

Sėkmės



Mūsų istorija

1 Grupė

UŽDUOTIS: Kaip grupė sukurkite istoriją, remdamiesi šiais paveikslėliais

Taisyklės:

- Istorija turi turėti pradžią ir pabaigą
- Istorija turi turėti bent vieną pagrindinį veikėją
- Visi grupės nariai turi prisidėti prie istorijos kūrimo
- Pasitelkite vaizduotę! Nepamirškite, kad nėra nei teisingų, nei neteisingų dalykų... nėra nei galimų, nei negalimų... mūsų vaizduotė yra riba!



Mūsų istorija

2 Grupė

UŽDUOTIS: Kaip grupė sukurkite istoriją, remdamiesi šiais paveikslėliais

Taisyklės:

- Istorija turi turėti pradžią ir pabaigą
- Istorija turi turėti bent vieną pagrindinį veikėją
- Visi grupės nariai turi prisidėti prie istorijos kūrimo
- Pasitarkite vaizduotę! Nepamirškite, kad nėra nei teisingų, nei neteisingų dalykų... nėra nei galimų, nei negalimų... mūsų vaizduotė yra riba!



Mūsų istorija

3 Grupė

UŽDUOTIS: Kaip grupė sukurkite istoriją, remdamiesi šiais paveikslėliais

Taisyklės:

- Istorija turi turėti pradžią ir pabaigą
- Istorija turi turėti bent vieną pagrindinį veikėją
- Visi grupės nariai turi prisidėti prie istorijos kūrimo
- Pasitelkite vaizduotę! Nepamirškite, kad nėra nei teisingų, nei neteisingų dalykų... nėra nei galimų, nei negalimų... mūsų vaizduotė yra riba!



Mūsų istorija

4 Grupė

UŽDUOTIS: Kaip grupė sukurkite istoriją, remdamiesi šiais paveikslėliais

Taisyklės:

- Istorija turi turėti pradžią ir pabaigą
- Istorija turi turėti bent vieną pagrindinį veikėją
- Visi grupės nariai turi prisidėti prie istorijos kūrimo
- Pasitelkite vaizduotę! Nepamirškite, kad nėra nei teisingų, nei neteisingų dalykų... nėra nei galimų, nei negalimų... mūsų vaizduotė yra riba!



Mūsų istorija

5 Grupė

UŽDUOTIS: Kaip grupė sukurkite istoriją, remdamiesi šiais paveikslėliais

Taisyklės:

- Istorija turi turėti pradžią ir pabaigą
- Istorija turi turėti bent vieną pagrindinį veikėją
- Visi grupės nariai turi prisidėti prie istorijos kūrimo
- Pasitelkite vaizduotę! Nepamirškite, kad nėra nei teisingų, nei neteisingų dalykų... nėra nei galimų, nei negalimų... mūsų vaizduotė yra riba!



Savirefleksijos pratimai T7 modulis: Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas

Darbas su vaizduote ir kognityviniu lankstumu

1 pratimas: Įvairūs naudojimo būdai

1 dalis: Sudarykite namuose esančių daiktų, kuriuos dažnai naudojate, sąrašą.

2 dalis: pabandykite sugalvoti įvairių būdų, kaip galite panaudoti šiuos daiktus.



02 pratimas: Pakeiskite savo gyvenimą

Vaizduotė ir kognityvinis lankstumas – tai gebėjimas priimti pokyčius ir plėtoti naujas idėjas.

Pabandykite tai praktikuoti kasdieniame gyvenime:

- Keiskite savo kasdienybę ir ieškokite kitokių būdų, kaip atlikti tai, ką paprastai darote;
- Išbandykite naują hobių arba išmokite ko nors naujo;
- Nebijokite atrasti naujų patirčių;
- Susipažinkite su naujais žmonėmis;
- Pabandykite rasti alternatyvius sprendimus dalykams, kuriuos reikia išspręsti;
- Stenkitės pamatyti skirtingus požiūrius į dalykus (pavyzdžiui, pasikalbėkite su žmonėmis, kurių nuomonė ir patirtis skiriasi nuo jūsų).

MAKING SPACE



365



**TEATRO
METAPHORA**
ASSOCIAÇÃO DE AMIGOS DAS ARTES



K.A.N.E.



VitaEducation



**INOVACIJU
BIURAS**



TEACH SOLAIS



TERRA TECH

FÖRDERPROJEKTE e.V.



With the support of the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This publication has been produced with the support of the Erasmus+ Programme of the European Union. The contents of this publication are the sole responsibility of the Making Space 365 Project consortium and can in no way be taken to reflect the views of the EU and the Commission.

2020-1-PT02-KA227-YOU-007635