

SEMINARŲ APRAŠYMAI

Spalio 5 d. 10.00 val. Švietimo centre vyks seminaras „**Kūrybingumo skatinimas vystant bendrąsias kompetencijas**“ (lektorė – **Nomeda Marčėnaitė**).

Programos tikslas - suteikti klausytojams teorines žinias, kurias jie sėkmingai galės pritaikyti praktinėse veiklose.

Programos uždaviniai:

1. Supažindinti klausytojus su kūrybiškumo ugdymo koncepcija, modeliais bei kūrybiškumo pradmenų metodika.
2. Pristatyti kūrybinius metodus taikytinus kasdienėse situacijose.
3. Atlikti kūrybiškumo skatinimo užduotis, skirtas praktinių situacijų pritaikymui.

Spalio 24 d. 10.00 val. Švietimo centre vyks seminaras „**Viešasis kalbėjimas. Forumo teatro metodo pritaikymas diskusijai, problemų įvardinimui ir sprendimui**“ (lektorė – **Monika Šaltytė – Dovydavičienė**).

Trumpas dėstomos temos aprašymas:

Didžioji dalis įvairių profesijų žmonių jaučia nemažą viešo kalbėjimo baimę. Užsiėmimo metu patyrinėsime buvimo scenoje metu užplūstančių emocijų raišką, kūno pojūčius teoriniu ir praktiniu lygmenimis. Išbandysite keletą atsipalaidavimo technikų. Mokysitės diskutuoti, išdrįsti išreikšti savo nuomonę ir išgirsti kito žmogaus argumentus. Žaidimų forma susipažinsite su Forumo teatro metodu ir išbandysite jį praktiškai. Aptarsite galimą metodo taikymą įvairiose srityse ir socialinėse grupėse.

Mokymo metodai: forumo teatro metodas, teatrinės kūno atpalaidavimo technikos, meditacija.

Planuojamos įgyti, patobulinti kompetencijos: ketinama tobulinti viešojo kalbėjimo, kūno atpalaidavimo, sceninės kalbos, komunikavimo, problemų sprendimo kompetencijas.

Lapkričio 7 d. 10.00 val. Švietimo centre vyks seminaras „**Asmeninių galių pažinimas ir stiprinimas ugdant socialines emocines kompetencijas**“ (lektorė – **Asta Blandė**).

Trumpas dėstomos temos aprašymas:

Žmonės, kurie dirba su kitais žmonėmis ir siekia juos įkvėpti asmeniniams pokyčiams ir lyderystei savo aplinkoje, turi pažinti tiek savo galias, tiek pažeidžiamas puses. Tokiu būdu stiprindami savivertę, leidžia sau nuolat tobulėti ir pažinti palankiausias būdas savimi pačiu perteikti žinias bei palydėti naujų įgūdžių link. Sustiprinę socialines emocines kompetencijas, specialistai geba kritiškai pažvelgti į kontekstą, tinkamai reaguoti į stresines situacijas, remdamiesi realistišku pozityvumu rasti geriausias išėjis iš susidariusių situacijų.

Mokymo (mokymosi) metodai: įtraukianti paskaita; projekcinės - psichologinės metodikos; diskusijos ir analizė poroje, grupėse.

Planuojamos įgyti / patobulinti kompetencijos: savęs motyvavimo; kūrybiškumo ir problemų sprendimo; reflektavimo bei pokyčių valdymo; bendradarbiavimo (su asmeniu ir komandoje).

Lapkričio 28 d. 10.00 val. Švietimo centre vyks seminaras „**Viešasis kalbėjimas: įvaizdžio formavimas bei baimės kalbėti viešai įveikimas**“ (lektorius – Tadas Montrimas).

Trumpas dėstomos temos aprašymas:

Kiekvieną kartą stodami kalbėti prieš auditoriją turime susitaikyti su tuo, kad neišvengiamai tampame “įtariamuoju” susirinkusiųjų akyse. Tai slypi žmonių prigimtyje - išlikimo instinktas skatina naujus dalykus (šiuo atveju - pranešėją ar kalbėtoją) pirmiausia vertinti atsargiai, net neigiamai. Ir tik nuo dėmesio centre esančio žmogaus elgesio, žinių, sugebėjimų ir įgūdžių priklausys ar jam pavyks užsitarnauti auditorijos pasitikėjimą bei palankumą. Deja, dažnai nutinka taip, kad net geriausių ketinimų vedamas pranešėjas, turintis ir naudingų žinių, ir įdėjęs nemažai pastangų pranešimo paruošimui, nesulaukia norimo auditorijos dėmesio ar reakcijos. Taip gali nutikti dėl to, kad pranešėjui nepavyksta susitvarkyti su nerimu ar net baime būti dėmesio centre arba (ir) trūksta žinių apie savo įvaizdžio formavimą: kokius ir kaip mus mato ir priima auditorija? O patikimo, įdomaus žmogaus įvaizdžio kūrimas - iš daugybės smulkmenų susidedantis procesas, apimantis ne tik pranešėjo išvaizdos niuansus, santykių kūrimą su auditorija, informacijos pateikimo būdus bei turinį, bet ir kalbėtojo užtikrintumą, drąsą, jautrumą, kalbos stilių, balsą ir net klausą.

Mokymų programos „Viešasis kalbėjimas: įvaizdžio formavimas bei baimės kalbėti viešai įveikimas“ dalyviai išmoks ir praktiškai išbandys jaudulio, nerimo suvaldymo, balso, kūno ir minčių saviruošos technikas, kurias naudoja profesionalūs aktoriai, sužinos kaip formuoti bei palaikyti asmeninį įvaizdį bei įgis daug kitų naudingų žinių ir praktikų, kurios neabejotinai pagerins viešojo kalbėjimo įgūdžius. **Mokymo (mokymosi) metodai:** apie 50 proc. mokymų laiko bus skirta teorijai ir 50 proc. – praktikai.

Planuojamos įgyti / patobulinti kompetencijos: streso, nerimo valdymas, baimės būti dėmesio centre įveikimas ir didesnis pasitikėjimas savimi; patikimo, profesionalaus specialisto įvaizdžio formavimas ir palaikymas; savo balso, dikcijos, kalbėjimo tono, stiliaus lavinimas; tikslingas kūno kalbos naudojimas kalbant viešai; efektyvus pranešimas bei bendravimas per per nuotolį.