

# **PATYRIMINIO UGDYMO METODAI ĮTRAUKIAJAME UGDYME**

**Seminaras**

*Remiantis Erasmus+KA122 veiksmo projekto „Įtrauki aplinka specialiųjų poreikių vaikų ugdymui“ mokymų patirtimi*

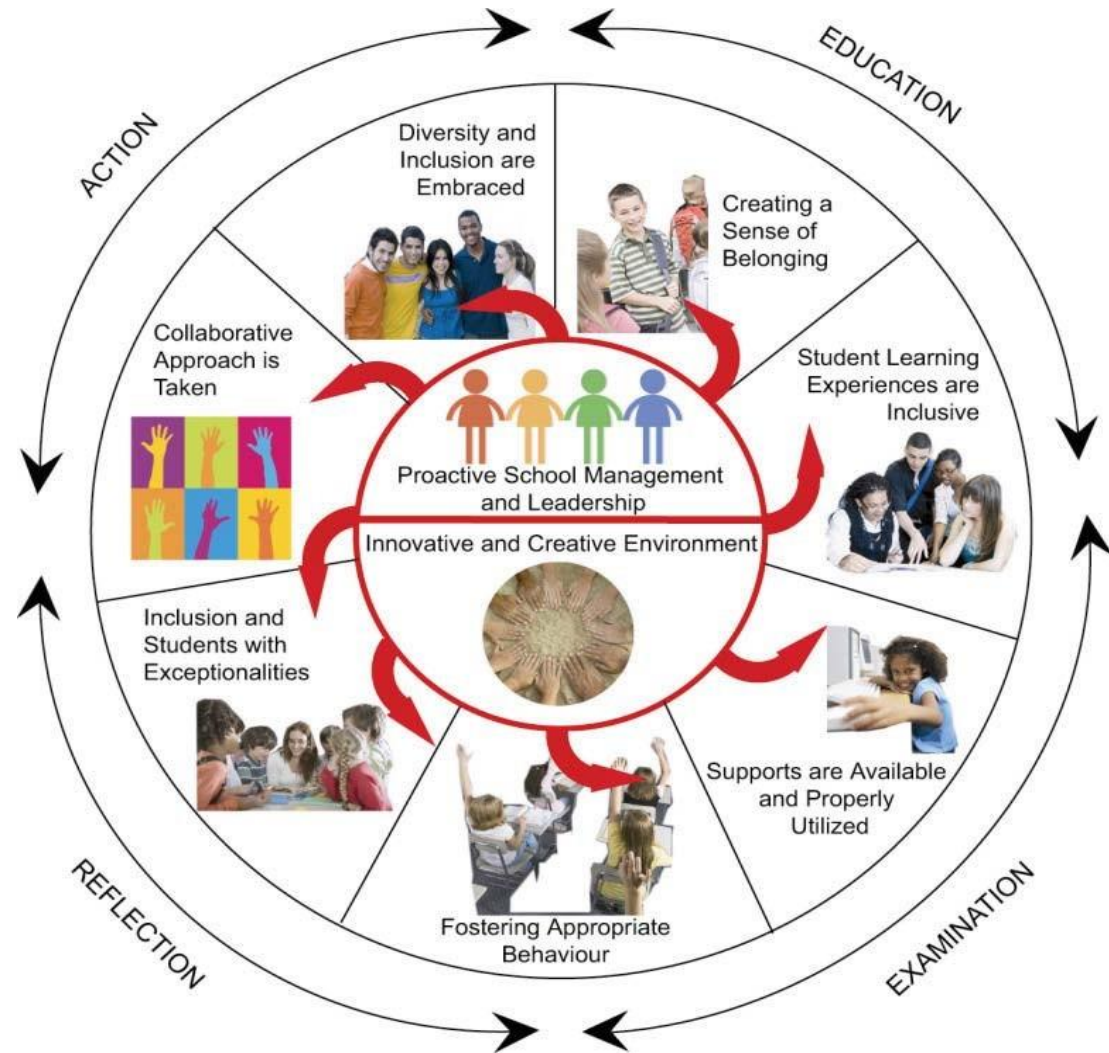
**Žydrūnė Vaznelienė ir Vesta Berkmanienė**

**2023-2024**

# DARBOTVARKĖ

- 09.00 – 10.30 – darbas
- 10.30 – 10.45 – kavos pertrauka
- 10.45 – 12.00 – darbas
- 12.00 – 12.30 – pietų pertrauka
- 12.30 – 14.00 – darbas

# ĮTRAUKIOS MOKYKLOS SĖKMĖS POŽYMIAI



- Iniciatyvus mokyklos valdymas ir lyderystė
- Novatoriška ir kūrybinga aplinka
- Aprėpiama įvairovė ir įtrauktis
- Kuriamas priklausymo jausmas
- Mokinių mokymosi patirtis yra įtraukianti
- Pagalba prieinama ir tinkamai naudojama
- Skatinamas tinkamas elgesys
- Įtraukiami mokiniai su išskirtinumais
- Laikomasi bendradarbiavimo požiūrio

# ĮSIVERTINIMAS

(20 min.)

- **1- Labai akivaizdu** – yra daug įrodymų, kad teiginys teisingas; būtų sunku surasti būdų tobulinimui.
- **2- Akivaizdu** – yra daug įrodymų, kad teiginys teisingas, bet yra keletas sričių, kurios galėtų būti stiprinamos.
- **3- Kažkiek akivaizdu** – šiek tiek įrodymų gali būti pateikta teiginio teisingumui, bet yra daug sričių tobulinimui ar galimybių stiprinimui.
- **4- Visiškai neakivaizdu** – nėra įrodymų teiginiui pagrįsti.

# APRĖPIAMA ĮVAIROVĖ IR ĮTRAUKTIS

- Mokyklos gyvenime yra daug gerų parinkčių (klasė, ugdymo turinys, užklasinė veikla, specialūs renginiai ir biblioteka) mokytis iš skirtingų perspektyvų, patirčių ir žinių.
- Mokyklos vadovai prisiima aktyvų vaidmenį užtikrindami ir skatindami, kad visi mokiniai reguliariai būtų įtraukti į visas mokyklos funkcijas, taip pat ir išvykas, susirinkimus, klubus, komitetus ir t.t., ir tai atitinkamai pritaikyta.
- Mokiniai yra įtraukti aktyviai skatinti įtrauktį jų mokykloje (sąmoningumo veiklos, įtraukties komitetas, įtraukties šūkių, fotobalsas).
- Kur reikia, mokykloje sumontuotos rampos (įskaitant tokias erdves kaip auditorijos, gimnastikos salės, lauko nameliai ir t.t.).
- Kai mokyklos personalas pastebi, kad mokinyš atsiskyres, vienišas ar nejaučia „priklausymo“ mokyklai, imasi atitinkamų veiksmų, kad pagerintų situaciją.



# MOKINIŲ MOKYMOSI PATIRTYS YRA ĮTRAUKIOS

- Akivaizdžiai reguliariai derinama mokytojo paskaita ir mokinių veikla.
- Dėmesys sutelkiamas į mokinio stiprybes ir sugebėjimus, taip pat ir į iššūkius.
- Visi mokiniai reguliariai naudoja savo muzikinius ir meninius talentus, techninius sugebėjimus ir t.t., demonstruoja ir praplečia savo mokymosi priemones.
- Kai mokinys išeina iš įprastinės mokymosi aplinkos, mokykla turi planą, kad mokinys galėtų vėl sugrįžti į šią aplinką.

# MOKINIŲ MOKYMOSI PATIRTYS YRA ĮTRAUKIOS

- Visi mokiniai dirba tuo pat metu siekdami tokių pačių programos rezultatų įvairiais metodais ir veiklomis (pvz., individualiai, poroje, mažose grupėse ir su visa klase).
- Mokiniam leidžiama naudoti pritaikymus, kaip reikalaujama pagal jų vertinimus/ patikrinimus (pvz., pagalbinės technologijos).
- Patikrinimui ir įvertinimui mokiniam leidžiama pademonstruoti savo mokymąsi ir žinias įvairesniais būdais negu standartiniu testavimu (pvz., modelis, plakatas, dainos sukūrimas, projekto įvykdymas, muzikos kūrinio sugrojimas, pjesės pastatymas).

# TINKAMO ELGESIO UGDYMAS

- Mokiniai ir mokyklos personalas yra apmokyti ir remiami efektyviai susidoroti su patyčiomis, erziniu, priekabiavimu, pažeidimais tinkamu būdu ir nedelsiant.
- Jeigu mokinys, turintis reikšmingų komunikavimo sunkumų, elgiasi nepriimtinais būdais, edukatorius (-iai) bando išsiaiškinti netinkamo veiksmo priežastį ir tai, ką mokinys bando iškomunikuoti, prieš nuspręsdami, imtis ar nesiimti disciplinavimo veiksmų prieš mokinį.

# PROAKTYVUS MOKYKLOS VALDYMAS IR LYDERYSTĖ

- Mokyklos direktorius užtikrina, kad visas mokyklos personalas - pavaduotojai, edukatoriai, mokytojų padėjėjai, nemokantis personalas - pilnai supranta ir diegia įtraukias politikas ir praktikas visuose mokyklos aspektuose ir mokyklos veiklose, kurias jie kontroliuoja.
- Mokyklos direktorius lanko įtraukaus ugdymo sesijas ir yra mokyklos įtraukties lyderis.
- Edukatoriaus, dalyko mokytojo ir personalo vaidmuo yra aiškus įgyvendinant įtrauktį.

# INOVATYVI IR KŪRYBIŠKA APLINKA

- Mokykla kuria aplinką, kurioje kiekvienas jaučiasi saugus būdamas kūrybiškas, su naujomis idėjomis.
- Mokiniai yra padrąsinti demonstruoti savo mokymąsi įvairiais būdais.
- Edukatoriai jaučiasi laisvi išbandyti naujus metodus ir strategijas mokymui ar įvertinimui.

# POŽIŪRIS Į BENDRADARBIAVIMĄ

- Edukatoriai ir kitas mokyklos personalas dirba bendroje mokymosi aplinkoje ko-mokytojais, komandos mokytojais, mažos grupės instruktoriais ar vienas - vienam pagalbininkais visiems mokiniams klasėje.
- Dalyko mokytojų, mokytojų padėjėjų vaidmenys ir atsakomybės ir susiję paslaugų tiekėjai yra aiškiai apibrėžti ir suprantami.
- Edukatoriai ir kitas mokyklos personalas bendradarbiauja planuodami laiką, kurdami pamokos planus, identifikuodami mokymo strategijas konkreitiems mokiniams ir kūrybiškai sprenddami problemas.
- Mokykla susijusi su platesne bendruomene.
- Mokykla prisiima atsakomybę už perėjimą iš ikimokyklinės į pradinę, iš pradinės į pagrindinę, iš pagrindinės į gimnaziją.
- Vyksta sąžiningi ir konstruktyvūs apsikeitimai informacija tarp personalo, mokinių, tėvų/globėjų ir bendruomenės suinteresuotų asmenų.

# ŠIOS SRITYS GALI BŪTI PATOBULINTOS

- **Aprėpta įvairovė ir įtrauktis**
  - Skirtingos patirtys, perspektyvos ir žinios reflektuotos, gerbiamos ir vertinamos
  - Inividai mokyklos bendruomenėje žingsniu priekyje ir prisiima aktyvią rolę atnešdami įtrauktį
  - Mokyklos prieinamumas
  - Priklausymo jausmo užtikrinimas
- **Mokinių mokymosi patirtys įtraukios**
  - Mokymasis pagrįstas lanksčia edukacine programa
  - Dėmesys stiprybėms ir gebėjimams
  - Bendros mokymosi aplinkos ir aktyvus dalyvavimas
  - Daugialypės įtraukimo priemonės
  - Daugialypės turinio pateikimo priemonės
  - Daugialypės vertinimo priemonės
- **Tinkamo elgesio ugdymas**
  - Su patyčiomis, erzinimu, priekabiavimu susidorojama efektyviai
  - Bandyamas pamatyti poreikį už kiekvieno elgesio
- **Proaktyvus mokyklos valdymas ir lyderystė**
  - Mokyklos valdymas
  - Bendros mokymosi aplinkos valdymas
- **Inovatyvi ir kūrybiška aplinka**
  - Kiekvienas skatinamas būti kūrybišku
  - Sėkmės švenčiamos
  - Suteikiamas profesinis tobulėjimas
- **Bendradarbiaujantis požiūris**
  - Kiekvienas dalyvauja sprendimų ieškojime
  - Mokykla susijusi su platesne bendruomene
  - Tėvai/globėjai įtraukiami kaip lygiaverčiai partneriai
  - Mokykla prisiima atsakomybę už perėjimą iš vienos pakopos į kitą
- **Tebevykstantis ir konstruktyvus dialogas**

# KAS YRA KOUČINGAS?

(20 min.)

- Kūrybiškas procesas, provokuojantis mąstymą ir skatinantis pilnai išnaudoti savo asmeninį bei profesinį potencialą (*Tarptautinė koučingo federacija (ICF), 2021*).
- Lavinimo metodas, būdas, ugdant asmenį ar žmonių grupę, siekti tam tikrų tikslų, įgyti naujų įgūdžių; asmeninio „veiksmingumo“ didinimo metodika, siekianti skatinti pokyčius ir pasiekti didesnių rezultatų įvairiose srityse (*Šimkūnaitė-Kandratavičienė, 2014*).

# KOUČINGO ESMĖ

**Padėti žmogui pasikeisti taip, kaip jis nori, ir eiti ta kryptimi, kurią jis renkasi.**



# KAIP KOUČINGAS VEIKIA?

Koučingas yra **kūrybiškas procesas**, **provokuojantis mąstymą** ir **skatinantis klientus pilnai išnaudoti savo asmeninį bei profesinį potencialą**.

- „**Koučingas yra kūrybiškas procesas**“ – nėra vienos struktūros, kuria vadovaujamosi sesijų metu. Nors yra koučingo modeliai, tačiau praktikoje jie labiau skirti nustatyti koučingo sesijos gaires negu įstatyti sesijas į tam tikrus rėmus.
- „**Provokuojantis mąstymą**“ – koučingo specialistai užduoda atvirus klausimus, praplečiančius sąmoningumą, meta iššūkius, reflektuoja, atspindi ir suteikia grįžtamąjį ryšį klientui.
- „**Skatinantis pilnai išnaudoti savo asmeninį bei profesinį potencialą**“ – koučingas suteikia pilną atsakomybę ir atskaitomybę pačiam klientui, skatina atrasti iš savęs kylančius sprendimus/atsakymus, o ne pats koučingo specialistas išsprendžia ar pateikia atsakymus į esamą užklausą.

# KOUČINGO MODELIS

## (John Whitemore GROW modelis)

- **Goal** (tikslas) – formuluojamas kliento tikslas (*Ko jūs siekiate?*);
- **Reality** (tikrovė) – aptariama esama situacija (*Kaip yra dabar?*);
- **Options** (galimybės) – tada kalbiamasi apie galimybes ir sprendimus (*Kokių idėjų turite, ką galite padaryti?*);
- **Way forward** (žvilgsnis į ateitį) – sesija užbaigiama sutariant, kaip ir kokiu būdu klientas imsis atsakomybės įgyvendinti sutartus veiksmus (*Ką ir kaip jūs darysite?*).

# TIKSLAS

- Ko jūs norite?
- Ką jums tai duos?
- Kuo įdomus šis tikslas?
- Kas yra dar svarbiau už šį tikslą?
- Kaip jūs pamatuosite rezultatus?
- Kaip atrodys jūsų sėkmė?
- Koks yra bendras vaizdas?

# TIKROVĖ

- Kaip viskas yra dabar?
- Kaip jūs jaučiatės?
- Kokios vertybės ir poreikiai yra svarbūs?
- Kas kelia didžiausią rūpestį?
- Kokie ištekliai yra prieinami?
- Su kokiomis kliūtimis jūs susiduriate?
- Ką iš tikrųjų reiškia joms pasipriešinti?

# GALIMYBĖS

- Kokiais būdais galėtumėte išspręsti šią problemą?
- Ar norėtumėte apgalvoti kai kurias galimybes?
- Kokias strategijas pasirinktumėte savo drąsiausiose svajonėse?
- Kaip pasielgtumėte, jei turėtumėte pinigų, laiko ar valdžią?
- Kas būtų, jei viską pradėtumėte nuo pradžių?
- Kokie yra kiekvienos galimybės privalumai ir trūkumai?

# ŽVILGSNIS Į ATEITĮ

- Kurią galimybę jums geriausia rinktis?
- Kada pradėsite? Koks bus pirmasis žingsnis?
- Ką dar privalote padaryti?
- Įvertinkite savo planą balais nuo 1 iki 10.
- Kas jus atvestų į dešimtuką?
- Kokios atskaitomybės struktūros jums padėtų?
- Kaip jūs švęsite sėkmę?

# GROW MODELIO ESMĖ

Didinti kliento sąmoningumą ir išryškinti žmogaus unikalius kūno bei proto bruožus, kartu stiprinant gebėjimą ir pasitikėjimą savimi tobulėti be kito žmogaus nurodymų (*Whitemore, 2002*).

# KOUČINGO NAUDA IR KURIAMA VERTĖ ĮVAIRIOSE SRITYSE

- Verslo pasaulis
- Pasitikėjimo skatinimas
- Sveikatos gerinimas
- Karjeros planavimas
- Asmeninis tobulėjimas
- Vaikų auklėjimas
- Švietimas

# KOUČINGO NAUDA ŠVIETIMUI

- Sudaro galimybę kiekvienam atrasti, pastiprinti ir efektyviai panaudoti turimą potencialą
- Ugdo socialines kompetencijas
- Didina mokymosi motyvaciją
- Ugdo savęs pažinimą, pasitikėjimą savimi

# MOKYMO IR KOUČINGO SKIRTUMAI

## Mokymas

- Mokymas **orientuotas į mokymąsi**, susijęs su naujų žinių įgijimu, mokytojai palaiko asmeninį augimą, pagrįstą mokymo programomis, ir jam vadovauja
- **Mokytojas** vadovauja pokalbiui, **žino atsakymą**
- Mokymas yra **labiau priverstinis**
- Mokymas yra **direktyvus**
- Mokymas yra **baigtinis**

## Koučingas

- Koučingas **orientuotas į tobulėjimą**, moko lavinti turimus įgūdžius, treneriai padeda žmonėms padėti sau patiems
- Koučingas **stumia besimokančiuosius** jiems reikalingų **žinių link**
- Koučingas **patrauklesnis**
- Koučingas **nedirektyvus**
- Žmonių **mąstymas, norai ir tikslai** yra **nesibaigiantys**

# MOKYMO IR KOUČINGO SKIRTUMAI

## Mokymas

- Mokytojai turi atsakymus
- Mokytojai nori mokytis
- Orientavimasis į ilgalaikės, asmeninės karjeros vystymąsi

## Koučingas

- Treneriai turi klausimų
- Treneriai skatina mokytis
- Dėmesys sutelkiamas į trumpalaikes, neatidėliotinas problemas ir galimybes

# MOKYMO IR KOUČINGO SKIRTUMAI

## Mokymas

- Mokytojas apeliuoja į jūsų mąstymą
- Mokytojas prisiima atsakomybę už jūsų augimą
- Mokytojas atsako į jūsų klausimus
- Mokytojas stimuliuoja jūsų mąstymą

## Koučingas

- Treneris paliečia jūsų dvasią
- Treneris padaro jus atsakingus už savo augimą
- Treneris klausia jūsų atsakymų
- Treneris atveria jūsų mąstymą

# Geras mokymas yra mokymo ir koučingo derinys



# KOUČINGO ĮRANKIO PAVYZDYS

POMPIDOU  
CONTEMPORARY ART  
CENTER

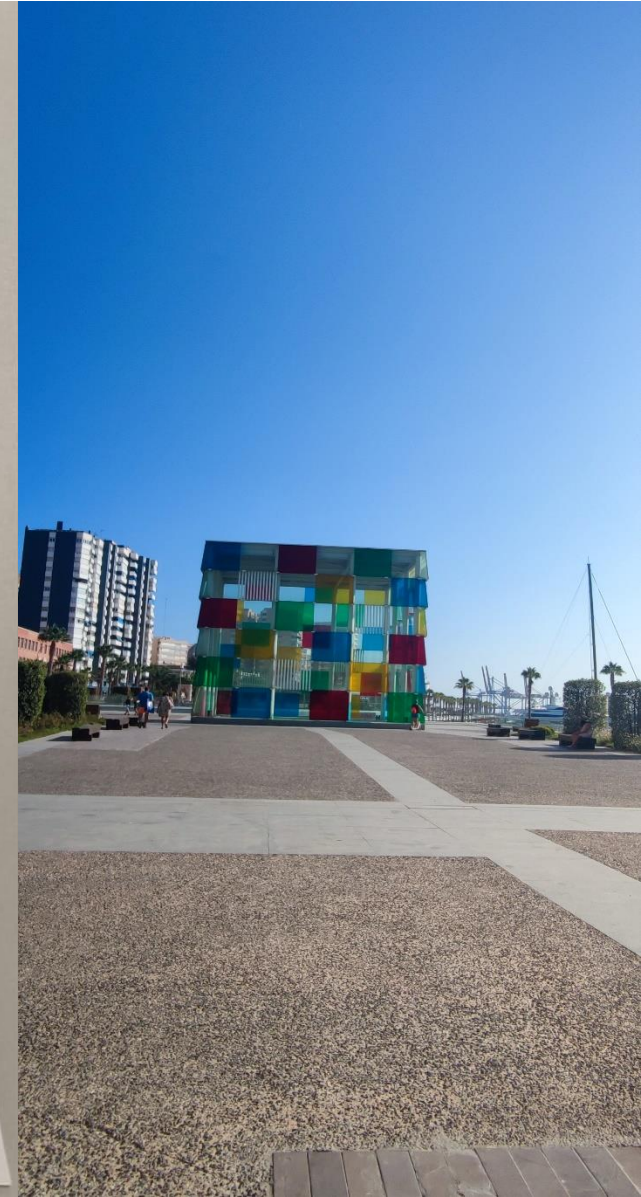
TIME TO INSPIRE  
PERSONALITY'S  
GROWTH

Range of your feelings  
in this group

What helps you to stay  
resistant in life?

How to encourage a person  
to undergo changes?

What makes communication  
effective?



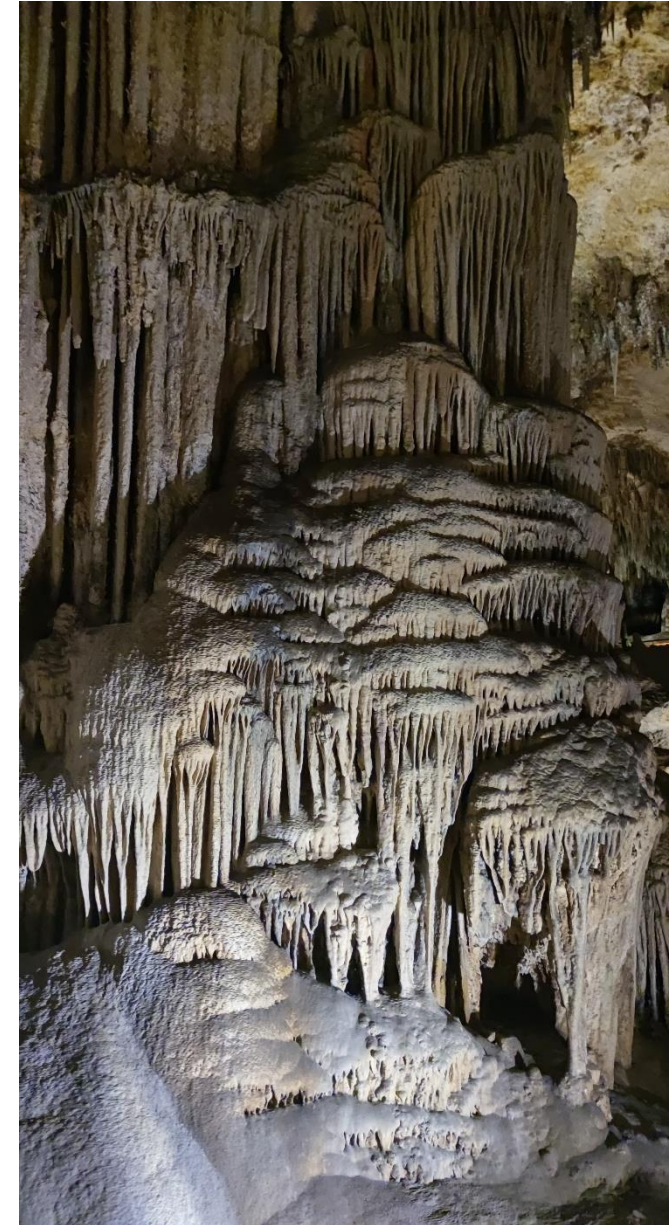
# UŽDUOTIS

<b>Tikslas</b>	<b>Tikrovė</b>	<b>Galimybės</b>	<b>Žvilgsnis į ateitį</b>
<b>Ką jūs norite pasiekti</b>	<b>Kur jūs esate dabar</b>	<b>Kaip galima padaryti pažangą</b>	<b>Ką jūs tikėtės nuveikti</b>

# PATYRIMINIO UGDYMO METODAS

(10 min.)

- Tai procesas, kuriame ugdymas vyksta **per asmeninę patirtį.**
- Metodas remiasi noru **savo veiksmus įvertinti, apmąstyti ir keisti**, svarbi visų dalyvių refleksija, įgytos patirties įvertinimas.
- Į **veiksma** orientuota metodika, siekianti mokymosi per patirtį ir iš savo patirties.



# PATYRIMINIO UGDYMO METODAS

- Įvairūs patyriminiai žaidimai ir komandinės užduotys, žygiai, emocinės raiškos ugdymo užsiėmimai, grupiniai teminiai pokalbiai, komandiniai sportiniai žaidimai, skirti **formuoti vaikų komandinius įgūdžius**: bendradarbiavimo, tolerancijos vienas kitam, gebėjimo būti grupėje, gebėjimo priimti naujus narius į grupę, mokymosi lyderystės savybių, gebėjimo pasiskirstyti vaidmenimis grupėje, gebėjimo padėti vienas kitam, tarpusavio santykių formavimo, bendro rezultato siekimo.
- Vaikai **ugdomi įvertinti silpnašias ir stipriašias asmenines savybes**, įveikti baimes, nagrinėti vertybes, skatinami priimti atsakomybę, laužyti stereotipus, ugdyti empatiškumą.
- Dalyviai **mokosi reikšti, suprasti, reflektuoti savo jausmus ir emocijas**, ugdosi ekologinį sąmoningumą ir įgyja specialių techninių žinių ir įgūdžių.

# UGDOMOS KOMPETENCIJOS

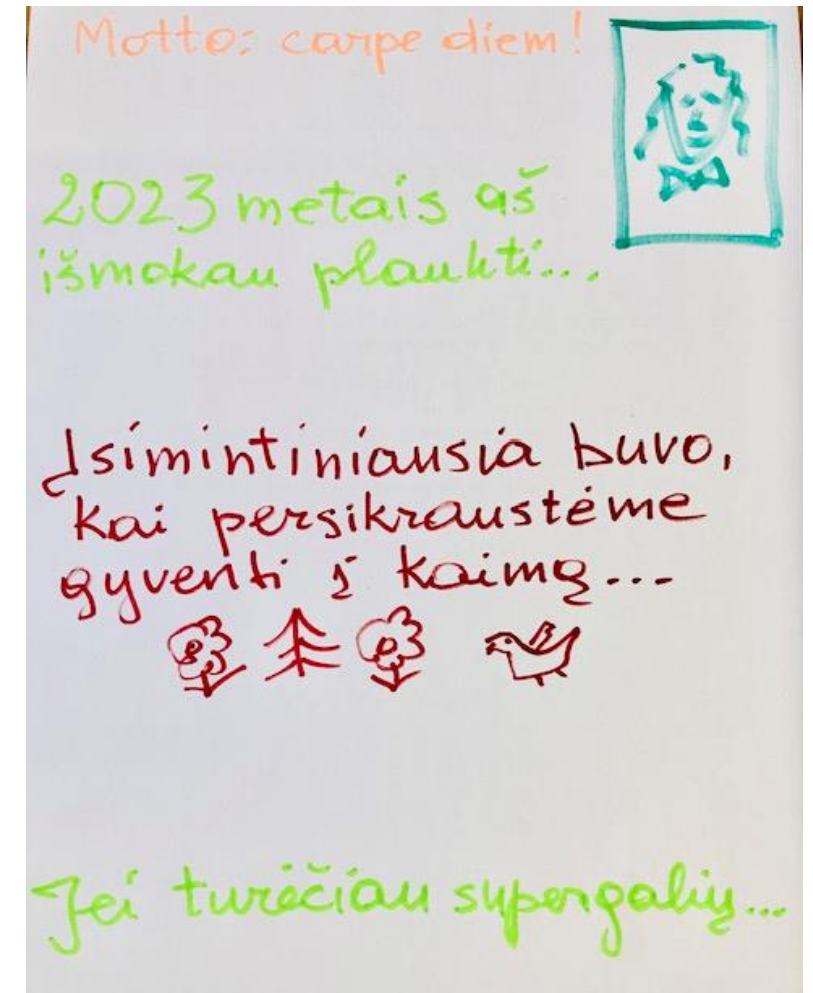
- Pažinti save ir gerbti
- Įvertinti savo jėgas ir priimti iššūkius
- Kryptingai siekti tikslų
- Atsispirti neigiamai įtakai, laikytis duoto žodžio
- Valdyti emocijas ir jausmus
- Gerbti kitų jausmus, poreikius ir įsitikinimus
- Padėti kitiems ir priimti pagalbą
- Mąstyti kūrybingai, drąsiai kelti idėjas
- Inicijuoti idėjų įgyvendinimą, įtraukti kitus
- Išsakyti mintis
- Išklausyti
- Tinkamai naudoti ir suprasti kūno kalbą
- Parinkti tinkamą kalbos stilių
- Klausti ir ieškoti atsakymų
- Daryti išvadas
- Plėsti akiratį
- Stebėti, vertinti
- Būti atkakliam ir turėti teigiamą požiūrį į mokymąsi
- Vertinti mokymosi pažangą
- Numatyti tolesnius žingsnius
- Pozityviai bendrauti, būti atsakingam, valdyti konfliktus

# UŽDUOTIS

## „Facebook“ profilio kūrimas

(30 min.)

- Dešiniajame lapo kampe nupiešti save.
- Sugalvoti ir lapo viršuje užrašyti savo motto.
- Svarbiausias mano pasiekimas 2023 metais.
- Įsimintiniausias šeimos gyvenimo įvykis.
- Užbaigti sakinį: „Jei turėčiau supergalių...“



# **KAVOS PERTRAUKA**

**(15 min.)**



# UŽDUOTIS

(30 min.)

Moteris jaučiasi labai vieniša, nes jos vyras visada būna išvykęs į komandiruotes. Todėl ji tampa jam neištikima, ir vieną dieną, jai būnant meilužio namuose, paskambina vyras ir praneša, kad grįžta namo dviem dienomis anksčiau, nei tikėjosi. Moteris labai susinervina, jai reikia grįžti namo, jei ne – vyras supras, kad yra jam neištikima. Tad ji išeina. Grįždama į namus ji privalo pereiti tiltą. Staiga pribėga pamišėlis su peiliu ir sako jai: „Jeigu eisi per tiltą, aš tave užmušiu“.

Situaciją stebėjęs valčių savinininkas siūlosi perkelsias ją per upę valtimi. Ji sutiktų, bet neturi pinigų. Valties savininkas pareiškia, kad be pinigų nepriims jos į valtį.

Moteris nebežino, ką daryti. Pagaliau nusprendžia paskambinti senam draugui. Ji papasakoja jam savo problemą ir paprašo pinigų. Draugas praeityje ją mylėjo ir dabar vis dar jaučiasi išduotas. Jie daug metų nesikalbėjo, o ji skambina jam tik tada, kai turi problemą. Tad jis atsisako jai padėti.

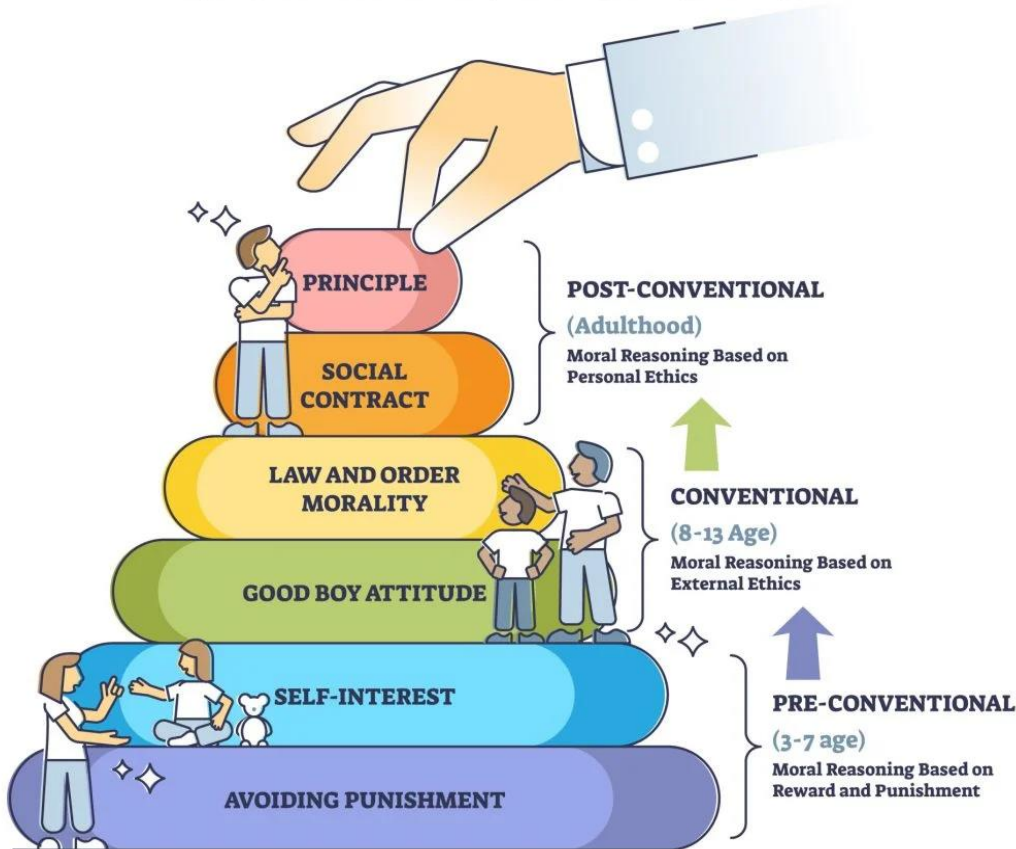
Nusivylusi moteris grįžta į savo meilužio namus prašyti jo pagalbos. Meilužis pamano, kad jos vyras jau viską žino ir dabar jo ieško. Labai išsigandęs nusprendžia neatdaryti durų.

Neturėdama išeities ji vėl sugrįžta prie tilto ir eina per jį. Pamišėlis ją nužudo.

- **Perskaite šią istoriją sudėliokite kaltus dėl moters žūties mažėjančia tvarka, nuo kalčiausio iki mažiausiai kalto.**

# L. KOLBERGO MORALINĖS RAIDOS STADIJOS

## STAGES OF MORAL DEVELOPMENT



Sužinokime

Tobulėkime

Veikime

## Moralinio mąstymo raidos pakopos

- Kohlbergo moralės psichologijos tyrimai parodė, kad mūsų teisingumo ir moralės samprata keičiasi pagal amžių įgyjant socialinės patirties ir bendraujant su kitais žmonėmis.
- **Mokiniai iki-konvencinio** mąstymo lygmenyje suvokia moralinę problemą kaip konkretaus žmogaus interesų susikirtimo problemą konkrečioje situacijoje.
- **Konvenciniame lygyje** suvokia moralinę problemą kaip visuomenės nariai ir atsižvelgia į socialinę perspektyvą – ką grupė ar bendruomenė laiko tinkamomis elgesio normomis.
- **Pokonvencinėje pakopoje** moralės problema yra svarstoma iš universalios perspektyvos: asmens vertė iškyla aukščiau už visuomenės taisykles; mąstoma apie universalius principus, kiek jie gali būti taikomi ir naudingi visuomenei.

# UŽDUOTIS

## Foto iššūkis (45 min.)

*Pasiskirstyti į komandas po keturis.*

*Fotografuoti duotomis temomis; nuotraukoje būtinai turi būti trys asmenys.*

### **Fotografijų temos:**

- Pavasario ženklai
- Kažkas raudona
- Tai, kas prajuokino
- Mums nebaisios jokios tvoros
- Vaikai
- Gyvūnų pėdsakai
- Gamta – visų namai
- Technikos stebuklas
- Toks gyvenimas
- Poilsis

# UŽDUOTIS

## Fotografijos pristatymas (45 min.)

*Grupėse išrinkti vieną geriausią fotografiją ir ją pristatyti naudojantis šiais klausimais:*

- Apibūdinti savo fotografiją.
- Kas joje vyksta?
- Kodėl nufotografavote būtent tokį vaizdą?
- Kaip šios fotografijos tema susijusi su mūsų gyvenimu?
- Kaip ši fotografija gali padėti mums pasikeisti?
- Sukurkite trumpą istoriją pagal šią fotografiją.

# PIETŲ PERTRAUKA

(30 min.)



# UŽDUOTIS

## Vaidinimas (45 min.)

- Dalyviai su savimi turi tris daiktus (šaliką, kepurę, akinius, butelį vandens, puodelį, knygą ar pan.).
- Sustoja į ratelį ir gavę ženklą eina rateliu, kol pasakoma sustoti, tada sudeda savo daiktus į ratelio vidurį.
- Vėl eina rateliu, kol, gavę ženklą, greitai pasiima iš ratelio viduryje sudėtų daiktų bet kuriuos tris.
- Pasiskirstoma į komandas po 4-5 dalyvius.
- Kiekviena komanda turi (per 15-20 min.) sugalvoti siužetą ir pasiruošti jį suvaidinti.

# UŽDUOTIS

## Dvi tiesos, vienas melas

(25 min.)

- Kiekvienas dalyvis sugalvoja ir užrašo 3 sakinius, dviejuose iš jų tiesa, viename melas.
- Dalyvis perskaito savo sugalvotus teiginius, kiti dalyviai turi atspėti, kuriame iš jų meluojama.

# UŽDUOTIS

## Portretai

(25 min.)

- Dalyviai susiskirsto į komandas.
- Kiekvienai komandai duodamas žmogaus portretas (fotografija).
- Dalyviai turi gerai išsižiūrėti ir aprašyti savo išpūdžius, koks tai žmogus: kokia jo nuotaika, koks charakteris, gyvenimas...).
- Kiekviena komanda pristato savo išpūdžius.
- Apibendrinimas.

Stebėkite savo mintis; jos virsta žodžiais.  
Sekite savo žodžius; jie tampa veiksmais.  
Stebėkite savo veiksmus; jie tampa įpročiais.  
Rūpinkitės savo įpročiais; jie virsta  
charakteriu.  
Stebėkite savo charakterį; jis tampa jūsų  
likimu.

# AČIŪ UŽ DĒMESI!

