

Demokrātiskas iesaistes un pārmaiņu veidošana
pieaugušo, profesionālajā un organizāciju mācīšanās
kontekstā

Prakses ceļvedis iedvesmai procesa
vadīšanā un pārmaiņu īstenošanai

Vadošie autori

Susanne Maria Weber
Lea Spahn
Veronika Clara Pinzger
Karen Mpamhanga
Julia Petzold

Līdzautori

Pauliina Jääskeläinen
Karine Oganisjana

Ar atbalstu

Diana Oliveira Santos
Eleni Kremeti

Redaktori

Kardelen Dilara Cazgir
Pilvikki Lantela
Susan Meriläinen
Philippa Mulbery
Cláudia Neves

Pētnieki, kas devuši ieguldījumu

Marta Abelha
Pedro Abrantes
Ana Patrícia Almeida
Joanne Barber
Kardelen Dilara Cazgir
Suzanne Culshaw
Claire Dickerson
Pauliina Jääskeläinen
Susan Meriläinen
Karen Mpamhanga
Dirk Netter
Claudia Neves
Juliana Oliveira
Veronika Clara Pinzger
Lea Spahn
Marie Toseland
Joonas Vola
Sandra Wallenius-Korkalo
Susanne Maria Weber
Helena Wolter
Philip A. Woods
Canan Yalvac

Finansējums

Šis projekts ir saņēmis finansējumu no Eiropas Savienības pētniecības un inovācijas programmas “Apvārsnis Eiropa” saskaņā ar dotācijas līgumu Nr. 101094052, kā arī no Apvienotās Karalistes Pētniecības un inovācijas institūcijas (UKRI) saskaņā ar atsaucē numuru 10063654.

Atruna

Šis projekts ir finansēts no Eiropas Savienības līdzekļiem. Tomēr tajā paustie viedokļi un uzskati ir tikai autora(-u) atbildība un ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai attiecīgās aģentūras nostāju. Ne Eiropas Savienība, ne finansējuma piešķirējas institūcijas nav atbildīgas par šajā publikācijā pausto saturu.

Nosaukums un licence

Demokrātiskas iesaistes un pārmaiņu veidošana pieaugušo, profesionālajā un organizāciju mācīšanās procesā: Prakses ceļvedis ierosmei mācīšanās procesa vadīšanai un pārmaiņu īstenošanai

© 2026 AECED konsorcijs: (Lapzemes Universitāte – Somija, Hertfordšīras Universitāte – Apvienotā Karaliste, Marburgas Universitāte – Vācija, Universidade Aberta – Portugāle, Rīgas Tehniskā universitāte – Latvija, Zagrebas Universitāte – Horvātija).

Šis darbs ir licencēts saskaņā ar Creative Commons Attribution 4.0 starptautisko licenci (CC BY 4.0). Ar licences noteikumiem iespējams iepazīties šeit: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Pieklūstamība un izmantošana ar teksta lasīšanas rīkiem

Šis dokuments ir izstrādāts tā, lai nodrošinātu tā lietojamību kopā ar teksta lasīšanas rīkiem un asistīvajām tehnoloģijām. Teksts ir strukturēts skaidrā, numurētā sistēmā un izkārtots loģiskā lasīšanas secībā, tādējādi atbalstot audio lasīšanu. Attēliem un diagrammām ir pievienoti alternatīvie teksti tajos gadījumos, kad tiem ir būtiska nozīme satura izpratnē.

Lai atvieglotu orientēšanos dokumentā, pēc pieprasījuma ir pieejama arī pieklūstama Word formāta versija.

Visām šajā dokumentā iekļautajām diagrammām un tabulām ir pievienots īss skaidrojošs teksts, lai nodrošinātu pieklūstamību lasītājiem, kuri izmanto ekrānlasītājus vai teksta lasīšanas rīkus.

Atsauce uz dokumentu:

AECED konsorcijs (2026). Demokrātiskas iesaistes un pārmaiņu veidošana pieaugušo, profesionālajā un organizāciju mācīšanās kontekstā: Prakses ceļvedis iedvesmai procesa vadīšanā un pārmaiņu īstenošanā. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.19232252>

Saturs

1. Ievads pieaugušo, profesionālās un organizāciju mācīšanās prakses ceļvedī

2. Iesaistīšanās EĶMD, pievēršot uzmanību dažādiem aspektiem

3. EĶMD pakāpeniska ieviešana

3.1 Darba sākums: pārdomas par esošo situāciju kā sākumpunktu

3.2 Ievirzes noteikšana

3.3 Estētiskās un ķermeniskās metodes izvēle

3.4 EĶMD aktivitātes plānošana

3.5 EĶMD aktivitātes izmēģināšana

3.6 Refleksija par savu AELD aktivitāti: līdzšinējais ceļš un nākamie soļi

4. Apzināta profesionālā pilnveide EĶMD jomā

4.1 Nelieli EĶMD paņēmieni brīvības, vienlīdzības un atsaucības veicināšanai

4.2 Mazāk ierastais ceļš – ķermeniska sociālā pārveide

4.3 Koplietošanas modeļu valoda – EĶMD metodoloģija pārmaiņu veidošanai

4.4 No nelieliem paņēmieniem līdz metodoloģiskām pieejām: EĶMD pieeju daudzveidība

4.5 Refleksija par paveikto

5. Turpmākā attīstība: resursi un nākamie soļi

6. Noslēguma vārdi, pateicība un iespēja sazināties

PIELIKUMI

1. Ievads pieaugušo, profesionālās un organizāciju mācīšanās prakses ceļvedī

LAIPNI LŪGTI...

AECED prakses ceļvedī – priecājamies jūs pavadīt šajā ceļā uz demokrātiskas iesaistes veidošanu pieaugušo, profesionālās un organizāciju mācīšanās PPOM kontekstā.

Eiropas Savienības programmas “Apvārsnis Eiropa” un Apvienotās Karalistes Pētniecības un inovācijas institūcijas (UKRI) finansētā projekta (AECED) mērķis ir stiprināt izglītību demokrātijai, izmantojot estētisko un ķermenisko mācīšanos, atsaucīgu pedagogiju un izpratni par demokrātiju kā tapšanu. Ar to mēs saprotam, ka demokrātija nekad nav pabeigta – tā ir dzīvs process, kas nepārtraukti attīstās mūsu rīcībā, attiecībās un mācīšanās pieredzē.

Šajā projektā esam izstrādājuši materiālus, lai atbalstītu jūs estētisko un ķermenisko pieeju izzināšanā un izmantošanā. Vēlamies sniegt atbalstu jums kā mācīšanās procesa vadītājam, konsultantam, padomdevējam vai ieinteresētam lasītājam, lai jūs varētu īstenot savu darbu veidā, kas uztur, atjauno un pilnveido dzīvu saikni ar demokrātiju.

Šajā prakses ceļvedī aicinām jūs izmantot dažādas EĶMD pieejas un metodoloģijas savā jomā – pieaugušo mācīšanās, profesionālās pilnveides, citu mācīšanās procesa vadītāju sagatavošanas, izglītības pārmaiņu, organizāciju pārveides vai citās saistītās prakses jomās, kā arī darbā, kas aptver vairākus no šiem kontekstiem.

Šis prakses ceļvedis jums var būt noderīgs, ja:

- vēlaties aktīvi iesaistīt pieaugušos, lai veidotu demokrātiskāku mācīšanās vidi;
- vēlaties savā mācīšanās, apmācībā un organizāciju pārmaiņu procesos stiprināt demokrātiskos principus;
- jau strādājat izglītības demokrātijai jomā un vēlaties paplašināt savu darbu ar estētiskām un ķermeniskām pieejām;
- esat pedagogs, kas strādā ar pieaugušajiem un dažādām iesaistītajām pusēm profesionālās mācīšanās jomā;
- jūsu dalībnieki un mācīšanās partneri vēlas demokratizēt savu organizāciju vidi;
- strādājat ar organizācijām, lai atbalstītu individuālus un kopīgus pārmaiņu procesus.

Mūsu gadījumu izmēģinājumi parādīja, ka organizāciju vide vienlaikus darbojas gan kā konteksts un ietvars, gan kā mācīšanās un pārmaiņu vieta. Paturot to prātā, šajā prakses ceļvedī uzmanība pievērsta individuālajai un kolektīvajai mācīšanās pieredzei, mācīšanās procesiem organizācijā un tādai mācīšanai, kas pārveido mūsu attiecības ar sevi, citiem un pasauli.

Šis prakses ceļvedis nav izmantojams atrauti no pārējiem materiāliem – tas lietojams kopā ar “Saiknes veidošana ar demokrātiju: pedagogiskais ietvars izglītībai demokrātijai” (turpmāk – ietvars) un “Rokasgrāmata estētiskajai un ķermeniskajai mācīšanās demokrātijai pieaugušo, profesionālās un organizāciju mācīšanās jomā” (turpmāk – rokasgrāmata). Ietvarā atradīsiet mūsu darba teorētiskos pamatus, bet rokasgrāmatā – konceptuālus skaidrojumus un pārdomas. Prakses ceļvedis ir izstrādāts, lai palīdzētu ietvarā un rokasgrāmatā aprakstītās idejas pārvērst praktiskos darba veidos.

Mūsu prakses ceļvedis ir izstrādāts, lai jūs atbalstītu šādos virzienos:

- pievērsties demokrātiskajiem uzmanības virzieniem;
- sākt no savas situācijas – soli pa solim iepazīstot EĶMD pieejas un to izmantošanu praksē;
- pārdomāti reflektēt par to, ko savā EĶMD praksē darīt un no kā izvairīties;
- rast ierosmi estētiskās un ķermeniskās mikrointervencēs, ko iespējams iekļaut jebkurā PPOM kontekstā;
- iepazīt estētiskās un ķermeniskās metodoloģijas un ļauties to iedarbībai;
- iedziļināties uz risinājumiem vērstā modeļu pieejā organizāciju mācīšanās procesā.

Mūsu prakses ceļvedis ir iecerēts kā pavadonis šajā ceļā – lai būtu līdzās, palīdzētu uzdot nozīmīgus jautājumus, rosinātu jaunus meklējumus un reizēm piedāvātu iespējamus turpmākos virzienus. Šajā domu apmaiņā jums var pievienoties draugi, kolēģi un sadarbības partneri, un mēs aicinām iesaistīt arī citus. Iespējams, šeit piedāvātie resursi noderēs arī klientiem, kopienu organizatoriem vai pārmaiņu veidotājiem viņu pašu darba kontekstos.

Lai sāktu, nākamajā sadaļā piedāvājam pirmo soli iesaistei EĶMD pieejā, pievērsties uzmanības virzieniem.

2. Iesaistīšanās EĶMD, pievēršot uzmanību dažādiem aspektiem

No konstruktīvisma perspektīvas zinām, ka veids, kā raugāties cits uz citu un uz pasauli, ietekmē to, kādu realitāti veidojam un uztveram. Mūsu uztvere un apzinātība ir selektīva – tādēļ svarīgi jautāt: kam mēs pievēršam uzmanību? Ko mēs vēlamies ieraudzīt augam un attīstāmies? Mūsu uzmanībai var būt izšķiroša nozīme. Šie uzmanības aspekti ir izstrādāti, balstoties uz vērtībām un principiem, kas ir AECED projekta pamatā, un tie var palīdzēt skaidrāk noteikt virzienu: kādēļ mēs iesaistāmies EĶMD?

Projekta gadījumu izmēģinājumos dalībnieki atzina, ka šie uzmanības aspekti palīdz virzīt praksi uz to, kam indivīdi, grupas vai organizācijas vēlas pievērsties, ko tās vēlas izzināt vai pārveidot. Tie arī palīdz skaidrāk saskatīt saikni ar izglītību demokrātijai un ar tām EĶMD pieejām, kas attiecīgajam virzienam ir vispiemērotākās.

Mēs noteicām septiņus uzmanības aspektus, kas turpmāk piedāvāti. Iespējams, jūs saskatīsiet arī citus vai atšķirīgus uzmanības aspektus.

Kopīgas sociālās piederības veidošana un stiprināšana



- Izzināt, kā var veidoties uzticēšanās.
- Reflektēt par to, kā mūsu labbūtība ir saistīta ar citu cilvēku labbūtību.
- Īstenot daudzveidību praksē un kopīgi veidot drošus apstākļus, lai mācītos kopā un cits no cita.
- Veidot kopābūšanas rituālus.

Dialoga un saziņas pārveide



- Ieviest cieņpilnas un nevardarbīgas saziņas principus.
- Veicināt atbildīgu saziņu.
- Attīstīt saziņu, mācoties ieklausīties.
- Pieņemt atšķirīgus skatpunktus un nostājas.
- Pieredzēt saziņu kā atsaucīgu, visu ķermeni iesaistošu pieredzi.

Kopīgu vērtību veidošana



- Ieklausīties atšķirīgos skatpunktos un viedokļos un veidot kopīgu vērtību izpratni.
- Kopīgi izstrādāt "rīcības kodeksu".
- Pārdomāt vērtības kopējā labuma kontekstā.
- Meklēt veidus, kā šīs vērtības integrēt grupas vai organizācijas darbības procesos.
- Noskaidrot, kā šīs vērtības ietekmē citus.

Līdzpārvaldības un varas dalīšanas īstenošana praksē



- Veidot sadarbībā balstītus mācīšanās procesus un norises, kuru pamatā ir līdzdalība un iekļaujošas vērtības.
- Iedvesmoties no labās prakses piemēriem vai sociālajiem eksperimentiem, iepazīstot dalībnieku kopīgo pieredzi un organizācijas attīstības gaitu.
- Orientēties uz daudzveidību, balstīties heterarhijā un reflektēt par savu pārvaldības praksi.
- Pārdomāt, kurš var pilnvērtīgi iesaistīties un cik lielā mērā katrs dalībnieks spēj sniegt savu ieguldījumu.
- Apzināt gan slēptas, gan redzamas nevienlīdzīgas varas attiecības, kā arī diskrimināciju un ierobežojumus attiecīgajā mācību kontekstā.
- Dalīties ar līdzdalības pieredzi, kas dalībniekiem jau ir, un ar idejām par piemērotām līdzdalības formām.
- Radīt jaunus kopīgas lēmumu pieņemšanas veidus.
- Īstenot izglītību, kas balstīta uz līdzvērtību un savstarpēju cieņu, reflektējot par hierarhijām un iespējām dalīt varu.

Tiekties uz sociālo un planētas mēroga taisnīgumu un rūpju ekonomiku



- Stiprināt saikni ar dabu un apziņu par sevi kā planētas kopienas daļu.
- Padziļināt situatīvo jutīgumu un atsaucību pret vietējām kultūrām, konkrēto vietu, dalībniekiem, politiku, varu un pilnvarošanu.
- Padziļināt izpratni par attiecību brīvību.
- Paplašināt izglītību demokrātijai, iekļaujot posthumanisma perspektīvas.
- Atklāt konkrētu vietējo, reģionālo un planētas mēroga jautājumu savstarpējo saistību.
- Uztvert rūpes kā kopīgu praksi savstarpējas atkarības apstākļos.
- Pārveidot ekonomiskās struktūras, virzoties uz dzīvošanai piemērotu nākotni.
- Pielāgot un atjaunot infrastruktūru un zināšanu radīšanas procesus, stiprinot solidaritāti.

Reflektēšana un dalīšanās ar izpratni par sevi un grupu



- Veicināt mijiedarbību un refleksiju jebkurā procesa posmā.
- Apzināti veidot attiecības citam ar citu.
- Rosināt pašizpaušmi, vienlaikus dodot iespēju izpausties arī citiem.
- Iekļaut izglītības procesā pašrefleksiju, kritisko domāšanu un individuālo radošumu.
- Reflektēt par nepamatotu nevienlīdzību un apspriest, kā to iespējams mazināt.
- Meklēt iespējas, kā dalībnieki var cits citu atbalstīt un stiprināt.
- Atbalstīt dalībniekus viņu vajadzību izzināšanā un mācīties tās skaidri formulēt.

Attiecību labbūtība un konfliktu risināšana



- Pieņemt domstarpības.
- Izmantot iespējas padziļināt savstarpējo saistību, balstoties uz novērtējošu attieksmi.
- Reflektēt par konkrētu rīcību.
- Saglabāt saikni arī konflikta situācijās.
- Veidot apstākļus, kas atbalsta ikviena vajadzības.

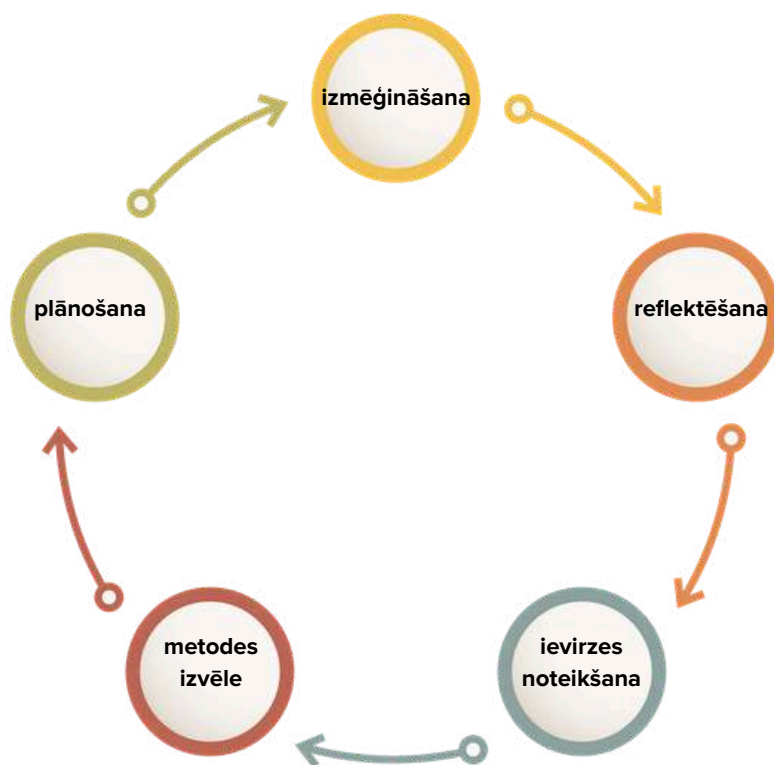
Šie uzmanības virzieni ir veids, kā domāt par iespējamiem transformējošiem momentiem izglītības un organizāciju kontekstā. Tie ir izstrādāti, balstoties vērtībās un principos, kas ir EĶMD pamatā, īpašu uzmanību pievēršot atsaucīgai pedagoģijai un refleksijai, demokrātijai kā tapšanai, kā arī trim koplietošanas dimensijām izglītības organizācijās: sociālajai kopībai, politiskajai pašpārvaldei un rūpju praksei.

Nākamajā sadaļā parādīsim, kā uzmanības virzienus iespējams izmantot kā daļu no pakāpeniskas pieejas, lai noteiktu EĶMD ievirzi un piemērotās metodes, bet vēlāk prakses ceļvedī kā veidu, kas palīdz sasaistīt ieceres, jautājumus un metodes, veidojot saikni ar sešiem transformējoša procesa soļiem.

3. EĶMD pakāpeniska ieviešana PPOM kontekstā

Šajā sadaļā piedāvāts izzināšanas ceļš, soli pa solim virzoties uz dziļāku iesaisti EĶMD.

Turpmāk izklāstīti posmi, kas veido ciklisku procesu:



Cikls vienmēr sākas tieši tajā brīdī vai situācijā, kurā atrodaties:

- **reflektējot** par to, kur atrodaties pašlaik, kā EĶMD sākumpunktu;
- **nosakot** pedagoģiskās darbības ievirzi un sasaistot to ar galvenajiem uzmanības aspektiem;

- izvēloties estētisko un ķermenisko metodi darbam;
- plānojot EĶMD aktivitāti;
- izmēģinot aktivitāti;
- reflektējot par paveikto un nākamajiem soļiem.

Šiem soļiem varat pievērsties individuāli, izpildot aktivitātes un izstrādājot savas nodarbības plānu. Savukārt iespējams arī šīs aktivitātes īstenot kopā ar grupu, lai kopīgi vienotos par ievirzi un darba veidu.

Šo soļu ietvaros sastapsieties ar vairākiem apzinātas pedagoģiskās vadīšanas ierosinājumiem, kas izcelti gaiši rozā lodziņā ar norādi: “plānošana jūsu mācību grupai”. Šie ierosinājumi paredzēti, lai atbalstītu jūsu ētisko izvērtējumu, atsaucību un rūpes, pieņemot lēmumus par to, vai, kad un kā strādāt ar EĶMD.

3.1 . Darba sākums: pārdomas par esošo situāciju kā sākumpunktu

EĶMD rosina transformējošu mācīšanās procesu. Pirms EĶMD plānošanas un īstenošanas ir lietderīgi sākt ar refleksiju. Te ir daži jautājumi, kas var atbalstīt šo refleksiju.

- Kas mani rosina izmantot estētiskās un/vai ķermeniskās pieejas tieši manā kontekstā?
- Kā es izprotu demokrātiju un kā to piedzīvoju?
- Kādus pieņēmumus es izdaru par dalībnieku gatavību, interesi vai spēju iesaistīties?
- Kā šajā mācību situācijā izpaužas vara, loma un autoritāte?
- Kādi ierobežojumi (laiks, pilnvaras un institucionālās gaidas) ietekmē to, kas šajā situācijā ir iespējams?
- Kā tiks skaidri pausta un atbalstīta piekrišana, izvēles brīvība un iespēja iesaisti pārtraukt?

3.2 Ievirzes noteikšana

Nākamais posms ir noteikt, kam pievērst uzmanību kopā ar savu grupu. Šo jomu var noteikt, izvērtējot savu grupas vadīšanas vai mācīšanas praksi un tās saistību ar grupu, ar kuru strādājat, vai arī iedvesmu var sniegt iepriekš aplūkotās jomas.

Turpmāk piedāvātā aktivitāte ir viens no veidiem, kā noteikt, kurai jomai pievērsties.



Aktivitāte: kustēšanās un domāšana

Aicinām jūs izkustēties. Jūs varat doties pastaigā ārā vai pārvietoties tajā vidē, kurā atrodaties. Kustoties domājiet par savu pieredzi grupas vadītāja lomā.

- Kas jums sagādā gandarījumu, vadot grupu? Kādi ir izaicinājumi?
- Kas rada vilšanos? Kādas ir jūsu cerības un ieceres saistībā ar grupas vadīšanu?

Ļaujiet domām brīvi virzīties cauri šīm pieredzēm, kamēr pārvietojaties.

- Vai jūsu vadīšanas praksē ir jomas, kurās jūs vēlētos rīkoties citādi, lai cilvēki, ar kuriem strādājat, vairāk iesaistītos kopīgā demokrātiskā tapšanā?

Kad esat apzinājis vairākas iespējamās jomas, padomājiet, vai tajās saskatāmas kādas kopīgas iezīmes. Vai ir kādas no iepriekš raksturotajām jomām, kuras jūs vēlētos padziļināti izziņāt?

Ja strādājat komandā, varat salīdzināt jomas, ko katrs no jums individuāli vai komanda kopumā ir noteikusi. Vai ir kādi jautājumi vai bažas, kas jums ir kopīgi, vai arī tie atšķiras? Šo aktivitāti var izmantot arī kopā ar dalībniekiem, lai kopīgi noteiktu, kam turpmāk pievērst lielāku uzmanību, vai izvēlētos jomas, kuras viņi vēlētos attīstīt tālāk.



Aktivitāte: uzmanības aspektu kartēšana

Aplūkojot 2. sadaļā doto “uzmanības aspektu” pārskatu, padomājiet, vai jomas, ko noteicāt kustību un domāšanas aktivitātes laikā un pēc tās, var saistīt ar kādu no uzmanības aspektiem. Vai šāda kartēšana jums palīdz paraudzīties no jauna uz to, kā procesa vadīšanu un pārmaiņu veidošanu varētu īstenot citādi?

Vai ir kāda procesa vadīšanas un pārmaiņu veidošanas joma, kurai jūs vēlētos pievērsties padziļināti, strādājot individuāli vai kopā ar citiem?

Pierakstiet procesa vadīšanas jomu vai jomas, kurām vēlaties pievērsties.



Mācīšanās grupas plānošana: kāpēc EĶMD jūsu kontekstā?

Savā lomā kā EĶMD procesa vadītājs jūs varētu pārdomāt:

- kāpēc jūs interesē EĶMD un kādu pieredzi jūs ienesat šajā darbā;
- ko jūs cerat sasniegt, iesaistoties EĶMD;
- kas ir jūsu mācību dalībnieki un ko viņi ienes mācīšanās situācijā;
- kā jūs varētu sākt darbu ar EĶMD un kādi soļi vai ievirzes palīdzētu to sākt droši un mērķtiecīgi;
- kādas mērķtiecīgas darbības vai uzdevumi jūsu kontekstā būtu piemēroti;
- kādi personiskie, grupas un organizācijas resursi varētu atbalstīt ētisku, atbildīgu un atsaucīgu procesa vadīšanu, kā arī pārveidojošu mācīšanos.

Šādas pārdomas var palīdzēt izvērtēt jūsu lomu, pieņēmumus un konkrēto situāciju, kā arī saprast, cik piemērota EĶMD izmantošana ir noteiktajā kontekstā. Izpratne par saviem jautājumiem, pieņēmumiem un pieejamajiem resursiem ir būtiska, lai izlemtu, kad, kā un vai estētiskās un ķermeniskās pieejas izmantot mācīšanās demokrātijai atbalstam.

3.3 Estētiskās un ķermeniskās metodes izvēle

Viena no AECED projekta pamatatziņām ir, ka izglītībā demokrātijai pārāk bieži galvenais uzsvars tiek likts uz kognitīvo mācīšanos. Tajā pašā laikā pārāk maz uzmanības tiek pievērsts kādai būtiskai mācīšanās dimensijai – mācīšanās estētiskajai un ķermeniskajai dimensijai. Plašāk par to, kāpēc tas ir svarīgi, var lasīt AECED konceptuālajā rakstā “Estētiskās un ķermeniskās dimensijas nozīme cilvēka dzīvē” (drīzumā pieejams vietnē www.aeced.org).

Iespējams, jums jau ir pieredze ar mācīšanās pieejām vai aktivitātēm, kurās izmantotas estētiskās un ķermeniskās pedagoģiskās metodes. Iespējams, ar dažām no tām jūtaties drošāk nekā ar citām, vai arī pašlaik meklējat ierosmi. Turpmāk aprakstītā aktivitāte piedāvā veidu, kā nonākt pie estētiskās un ķermeniskās pedagoģiskās metodes, ko izmēģināt praksē.



Aktivitāte: estētisko un ķermenisko pieeju kartēšana

Veltiet laiku, lai uz līmlapiņām pierakstītu savu pieredzi ar estētiskajām un ķermeniskajām metodēm. Pārdomājiet:

- kā šīs metodes tika izmantotas;
- kā tās jums lika justies;
- ko jūs gūvat vai iemācījāties, tajās iesaistoties.

Balstoties uz šīm pārdomām, vēlreiz pievērsieties savai uzmanības jomai un pārdomājiet:

- kādas metodes jūs šajā posmā justos gatavs izmēģināt;
- kura no jūsu nosauktajām metodēm, jūsuprāt, vislabāk palīdzētu izpētīt jūsu uzmanības jomu;
- kura metode vai kuras metodes jūs visvairāk piesaista;
- vai šī estētiskā un ķermeniskā metode jums jau ir pazīstama, vai arī jūs pievērsāties kam sev jaunam.

Ja strādājat kopā ar citiem, vai jūsu iecerētais virziens sakrīt? Vai varat vienoties par estētisko un ķermenisko metodi, ko izmēģināt? Ja jūs piesaista vairāk nekā viena metode, vai tās būtu iespējams apvienot? Vai jums ir pieejami resursi, kas vajadzīgi izvēlētajās metodes izmantošanai, vai arī tie vēl būs jāiegūst? Varbūt metodi būs nepieciešams pielāgot?



Darba plānošana mācību grupā – atbildīga izvēle

Ne visas estētiskās un ķermeniskās metodes ir piemērotas visos kontekstos. Atbildīga pievēršanās EĶMD paredz rūpīgi izvērtēt mērķi, dalībniekus un konkrēto situāciju. Metodes izvēli var ietekmēt mērķtiecīgi jautājumi.

- Kādu aicinājumu piedāvā šī estētiskā un ķermeniskā metode, un kam tas ir adresēts?
- Kādas līdzdalības formas ir iespējamās, tostarp vērošana vai iespēja nepiedalīties?
- Ar kādu ievainojamību tas var būt saistīts?
- Kā šī estētiskā un ķermeniskā metode sasaucas ar mācīšanās kontekstu un dalībnieku lomām?

Metodes tiek izvēlētas nevis to novitātes vai iedarbīguma dēļ, bet gan tāpēc, ka tās spēj veicināt vērīgumu, refleksiju un attiecībās balstītu mācīšanos. Pieņemama ir arī izvēle neizmantojot estētisko un ķermenisko metodi. Situācijas, kurās tās izmantošana var nebūt piemērota, ir, piemēram, šādas:

- grupā trūkst uzticēšanās vai drošības;
- ir augsts spriedzes vai ievainojamības līmenis un nepietiekams atbalsts;
- konteksti, kuros līdzdalība ir obligāta vai tiek vērtēta;
- grupas vadītājam ir ierobežotas iespējas savlaicīgi pamanīt un izprast procesa gaitā veidojošās norises.

Izvēle neturpināt ir ētisks lēmums, kas respektē dalībnieku cieņu un robežas un sekmē izglītību demokrātijai, balstoties uz rūpēm un savaldību.

3.4 EĶMD aktivitātes plānošana

Kad esat noteicis izvēlēto jomu, sasaistījis to ar atbilstošu uzmanības jomu un izvērtējis piemērotas estētiskās un ķermeniskās metodes, jūs esat aicināts plānot EĶMD aktivitāti, kas veicinātu refleksiju par šo jomu.

Plānojot aktivitāti, mērķtiecīgi pārdomājiet būtiskus jautājumus.

- Ko jūs cerat iegūt no šīs EĶMD aktivitātes?
- Kā šī aktivitāte būs saistīta ar izglītību demokrātijai un/vai konkrēto uzmanības jomu?
- Kas jūsu kontekstā piedalīsies šajā aktivitātē? Vai jums ir pieejami nepieciešamie materiāli?
- Cik daudz laika paredzēts šai EĶMD aktivitātei?
- No kāda skatpunkta jūs pievērsīsieties aktivitātei: no sava, dalībnieku, līdzveidotāju, ieinteresēto pušu, institūcijas skatpunkta vai apvienojot vairākus skatpunktus?
- Vai esat paredzējis laiku individuālai vai kopīgai refleksijai par aktivitāti un tajā gūto pieredzi?

Kad esat izvēlējis vienu aktivitāti, ar kuru sākt, aizpildiet šī prakses ceļveža beigās pievienoto veidni "Izveido savu estētisko un ķermenisko pedagoģisko metodi" un vienojieties par laiku, kad izmēģināsiet šo aktivitāti praksē.

Sākt ar nelieliem soļiem

EĶMD neprasa ideālus apstākļus, apjomīgu sagatavošanos vai īpaši šim nolūkam izstrādātas programmas. PPOM kontekstā bieži visatbilstošāk ir sākt pakāpeniski, balstoties esošajās praksēs un attiecībās, vienlaikus apzinoties konkrētās situācijas ierobežojumus. Sākot no tā, kas jau ir pieejams un iespējams, šāda pieeja var ietvert:

- īsu estētiskās un ķermeniskās darbības epizožu iekļaušanu;
- balstīšanos dalībnieku dzīvojamajā pieredzē, viņu jautājumos vai profesionāli nozīmīgos jautājumos;
- estētisku vai ķermenisku elementu integrēšanu ierastās darba formās, piemēram, dialogā, supervīzijā vai komandas sanāksmēs;
- laika, uzticēšanās vai pilnvarojuma ierobežojumu apzināšanos un ieceru pielāgošanu tiem.

Šāda pakāpeniska pieeja sekmē demokrātisko jutību, jo tā dod dalībniekiem iespēju iepazīt neierastus mācīšanās veidus bez spiediena uzreiz demonstrēt sasniegumu vai īstenot tūlītējas pārmaiņas.



3.5 EĶMD aktivitātes izmēģināšana

Izmēģinot EĶMD aktivitāti, dodiet sev un mācību dalībniekiem laiku pilnībā pievērsties tieši šim uzdevumam. Esiet atvērti tam, ka EĶMD process var jūs aizvest negaidītos virzienos, tomēr vajadzības gadījumā esiet gatavi dalībniekus saudzīgi atgriezt pie sākotnējās ievirzes, kā arī savlaicīgi noslēgt nodarbību, ja to ierobežo pieejamais laiks.

EĶMD aktivitāšu piemēri

Turpmāk sniegtie aktivitāšu piemēri parāda iespējamus veidus, kā iesaistīties EĶMD. Šīs aktivitātes ir piemēri, nevis modeļi vai ieteikumi. Tās apzināti veidotas īsas, pielāgojamas un savstarpēji nesaistītas noteiktā secībā. Katrā aktivitātē tiek īstenota atsaucīgas pedagoģijas nostāja, un tās pamatā ir pieņemošs skatījums, kas skaidrots PPOM rokasgrāmatā. Dalība vienmēr ir brīvprātīga, skaidri paredzot iespēju vērot, pielāgot dalības veidu vai atteikties no iesaistes.

Kā lasīt un izmantot šīs aktivitātes?

- Vienu aktivitāti var izmantot arī atsevišķi; tai nav noteiktas secības.
- Katra aktivitāte var būt īsa (5–15 minūtes) vai tikt paplašināta, iekļaujot refleksiju.
- Aktivitātes raksturotas pēc tā, ko tās atbalsta un kam tajās pievērst uzmanību, nevis kā secīgi izpildāmu soļu apraksts.
- Pielāgojiet valodu, formātu un ilgumu savam kontekstam.



Aktivitāte: klātbūtnes un uzmanības pamanīšana

Ko tā veicina: vērtīgumu, sevis apzināšanos un demokrātisko jutību klātbūtnes līmenī.

Aicinājums: dalībnieki tiek aicināti uz īsu brīdi apstāties un pamanīt, kā viņi ienāk kopīgajā mācīšanās procesā: savu stāju, elpu, enerģiju un uzmanības virzību. To var darīt klusumā, ar atvērtām vai aizvērtām acīm, vai arī īsi pierakstot vai ieskicējot savu pieredzi.

Kam pievērst uzmanību?

- Pieņemt kā dabisku atšķirīgu pieredzi – nemieru, mieru, izklaidību.
- Izvairīties no interpretēšanas vai apspriešanas, ja vien dalībnieki paši to nevēlas.
- Arī vērošana bez dalīšanās ar savu pieredzi ir pilnvērtīga līdzdalības forma.

Ētiskas piezīmes: šai praksei jāpaliek vieglai un brīvprātīgai. Tas nav apzinātības vingrinājums un nav paredzēts emociju regulēšanai.

Aktivitāte: ieklausīšanās atšķirīgajā

Ko tā veicina: transformējošu dialogu, atšķirību atpazīšanu un attiecību apzināšanos.

Aicinājums: pāros vai nelielās grupās dalībnieki pārmaiņus īsi stāsta par profesionālu pieredzi, kas saistīta ar ieklausīšanu, izslēgšanu vai iespēju paust savu viedokli, kamēr pārējie klausās, nepārtraucot runātāju. Ieklausīšanās var ietvert arī uzmanības pievēršanu balss tonim, pauzēm vai ķermeniskajām reakcijām.

Kam pievērst uzmanību?

- Noteikt skaidru, ierobežotu laiku ieklausīšanās norisei un saglabāt brīvprātības principu.
- Likt uzsvāru uz ieklausīšanos, nevis uz atbildēšanu vai risinājumu meklēšanu.
- Atzīt, ka klusums arī ir pieņemama atbildes forma.

Ētiskas piezīmes: šo dalīšanos nevajadzētu veidot kā atklātu izpaušmi vai personisku atzišanos. Dalībnieki paši izvēlas, cik dziļi un par ko viņi vēlas runāt.



Aktivitāte: varas izpausmju iezīmēšana ikdienas mijiedarbībā

Ko tā veicina: izpratni par varu, vienlīdzību un atsaucību profesionālajā darbībā.

Aicinājums: dalībnieki tiek aicināti individuāli pārdomāt nesenu savstarpēju mijiedarbību un iezīmēt – vārdos, simbolos vai vienkāršās formās –, kur tajā bija jūtama vara: kurš runāja, kurš pieņēma lēmumus, kurš vilcinājās. Dalīšanās ir brīvprātīga.

Kam pievērst uzmanību?

- Pievērsties vērošanai, nevis vērtēšanai.
- Nevirzīt dalībniekus uz organizācijas kritiku vai risinājumu piedāvāšanu.
- Respektēt dalībnieku izvēli nedalīties.

Ētiskas piezīmes: šo praksi nevajadzētu izmantot situācijās, kurās dalībnieki jūtas vērtēti vai uzraudzīti.

Aktivitāte: darbs ar neērtību

Ko tā veicina: demokrātisko jutību un spēju izturēt nenoteiktību.

Aicinājums: dalībnieki tiek aicināti pamanīt neērtības vai vilcināšanās brīdi, kas radās mācīšanās procesā, un privāti pārdomāt, par ko tas varētu liecināt – par pieņemumu, robežu, bailēm vai interesi. Dalīšanās ir brīvprātīga.

Kam pievērst uzmanību?

- Atzīt neērtību par nozīmīgu un pieņemamu pieredzi.
- Nelūgt dalībniekiem skaidrot vai pamatot savas izjūtas.
- Būt vērīgiem pret pazīmēm, kas liecina, ka nepieciešams apstāties vai pārtraukt darbību.

Ētiskas piezīmes: neērtība nav mērķis. Šai praksei nevajadzētu pastiprināt ievainojamību.



Aktivitāte: noslēgums ar refleksiju un izvēli

Ko tā atbalsta: rīcībspēju, atsaucību un attiecību labbūtību.

Aicinājums: dalībnieki tiek aicināti izvēlēties vienu no vairākiem noslēguma veidiem – vārdu, žestu, rakstisku piezīmi vai klusu vērojumu –, lai iezīmētu, ko viņi no šīs pieredzes paņēmuši sev līdzi.

Kam pievērst uzmanību?

- Piedāvāt vairākus līdzdalības veidus.
- Izvairīties no vērtēšanas vai kopsavilkuma sniegšanas.
- Respektēt klusumu kā jēgpilnu noslēgumu.

Ētiskas piezīmes: noslēgumam nevajadzētu radīt spiedienu demonstrēt atziņas vai pozitīvu noskaņojumu.

Atbildīga šo aktivitāšu izmantošana

Šie aktivitāšu piemēri ir apzināti veidoti neuzspiesti un pieticīgi. To demokrātiskais potenciāls izpaužas nevis pašā formā, bet gan tajā, kā tās tiek īstenotas – ar vērīgumu, rūpēm un ētisku izvērtējumu. Pedagoģs vai nodarbības vadītājs tiek aicināts aktivitātes pielāgot, savstarpēji kombinēt vai arī no tām atteikties, ņemot vērā konkrēto kontekstu un vienmēr priekšplānā izvirzot piekrišanu, cieņpilnu attieksmi un attiecību labbūtību.



Plānošana jūsu mācību grupai

PPOM kontekstā līdzdalība bieži ir nevienmērīga. Daži dalībnieki iesaistās aktīvi, citi – piesardzīgi, bet vēl citi dod priekšroku vērošanai. EĶMD atzīst daļēju iesaisti un neiesaistīšanos par pieņemamām līdzdalības formām.

Atbildīgs darbs ar EĶMD ietver:

- atzīt klusēšanu, vērošanu, ierobežotu iesaisti un neiesaistīšanos par pieņemamām līdzdalības formām;
- izvairīties no spiediena dalīties ar personisku pieredzi;
- apzināties, ka mācīšanās var notikt iekšēji un/vai atklāties laika gaitā.

NeNOTEIKTĪBA, vilcināšanās un pretestība tiek uztvertas kā signāli, kuriem jāpievērš uzmanība, nevis kā problēmas, kas jāpārvar.

Refleksija ir nozīmīga EĶMD sastāvdaļa, un šeit izklāstītajā pakāpeniskajā pieejā tā veido noslēdzošo soli.

3.6 Refleksija par savu AELD aktivitāti: līdzšinējais ceļš un nākamie soļi

Šajā kontekstā refleksija netiek izmantota, lai vērtētu sniegumu vai rezultātus, bet gan lai atbalstītu ētisko izvērtējumu, refleksivitāti un profesionālo mācīšanos. Refleksija var notikt individuāli, sarunā ar kolēģi, supervīzijā vai kolēģu kopīgā mācīšanās procesā. Turpmākie jautājumi piedāvāti kā atvērti ierosinājumi, kas aicina pamanīt, apstāties un reflektēt laika gaitā. Šie refleksijas jautājumi apzināti veidoti atvērti. Tie nav paredzēti sistemātiskai aizpildīšanai vai izmantošanai kā kompetences apliecinājums. To nozīme ir atbalstīt nepārtrauktu profesionālo mācīšanos, ētisko apzināšanos un demokrātiju kā tapšanu.



Refleksijas jautājumi: ētiski jautājumi refleksijai

Kontroljautājumu vai noteikumu vietā turpmākie jautājumi var atbalstīt nepārtrauktu ētisko refleksiju.

- Kā šajā mācību situācijā izpaužas vara un autoritāte?
- Kuri dalībnieki šī aicinājuma dēļ var justies ievainojami, atstumti vai apklusināti?
- Kāda atbildība man ir kā procesa vadītājam, un kuru atbildības daļu iespējams dalīt ar citiem?
- Kā es pievērsu uzmanību piekrišanai, tempam un attiecību labbūtībai?
- Kādi signāli liecina, ka nepieciešams palēnināt tempu, pielāgot procesu vai to pārtraukt?

Šie jautājumi nav domāti vienreizējai atbildēšanai, bet gan atkārtotai pārskatīšanai, mācīšanās procesam attīstoties.

Kā pedagogs vai grupas vadītājs jūs tiek aicināts šos jautājumus pielāgot, apvienot ar citām reflektīvām praksēm vai arī neizmantot, ja tie konkrētajā situācijā nav noderīgi. Refleksija, tāpat kā demokrātija kā tapšana, attīstās laika gaitā un nav standartizējama.

Turpmāk aprakstītā aktivitāte piedāvā piemēru estētiskai un ķermeniskai metodei, kas var palīdzēt refleksijā.




Aktivitāte: kolāžas veidošana refleksijai

Lai veidotu kolāžu, jums būs nepieciešama liela papīra lapa, rakstāmpiederumi un piekļuve dažādiem materiāliem, piemēram, mākslas un rokdarbu piederumiem (pogām, lentēm, dzijai, fliteriem), kā arī kancelejas precēm (saspraudēm, līmlapiņām, papīram un kartonam).

Izmantojiet šos materiālus, lai rosinātu kolāžas veidošanu, atbildot uz jautājumu,

- ko jūs esat sapratis par demokrātiskām pieejām grupas vadīšanā un pārmaiņu īstenošanā, plānojot un izmēģinot savu EĶMD aktivitāti.

Kad esat pabeidzis, jūs varat pārrunāt savu kolāžu ar kādu citu vai ierakstīt savu stāstījumu par kolāžu un to, ko nozīmē tās dažādie elementi. Jūs varat izvēlēties veidot kolāžu arī kopā ar dalībniekiem, lai labāk izprastu viņu pieredzi saistībā ar EĶMD.



Turpinot iesaistīties refleksijā, jūs varat uzsākt nākamo šī procesa ciklu. Pat nelielas estētiskās un ķermeniskās mācīšanās pieejas var būt nozīmīgas visas grupas mācīšanās procesā, tāpēc aicinām jūs tās izmēģināt. Nākamajā sadaļā atradīsiet vēl papildu ierosmes turpmākajam darbam.

4. Apzināta profesionālā pilnveide EĶMD jomā

Šajā prakses ceļveža sadaļā piedāvājam vairākus iespējamu risinājumu piemērus. Tas nav izsmelošs uzskaitījums, bet gan sākumpunkts, kas paredzēts, lai jūs iedrošinātu un iedvesmotu. Tie aptver gan mikrometodes (nelielus, vienkāršus elementus, ko iespējams iekļaut jau esošajos formātos un apstākļos), gan arī padziļinātākas estētiskas un ķermeniskas pieejas, metodes un metodoloģijas. Pēc EĶMD (mikro)paņēmienu raksturojuma pievērsīsimies ķermeniskajai mācīšanai un aplūkosim, kā šādas prakses var veicināt un atbalstīt drošus, attīstību rosinošus apstākļus mācību dalībniekiem.

Šeit aplūkotās metodes ir tikai dažas no daudzajām iespējām. Droši tās pielāgojiet, pilnveidojiet un/vai kombinējiet, izmantojot izpratni un pieredzi, ko iegūstat mācīšanās procesā.

4.1 Nelieli EĶMD paņēmieni brīvības, vienlīdzības un atsaucības veicināšanai

Turpmākie trīs piemēri sniedz ieskatu, kā EĶMD iespējams iekļaut savā kontekstā un sasaistīt ar uzmanības aspektiem, kas iepazīstināti mūsu prakses ceļveža otrajā sadaļā.

Mikrometodes ir izstrādātas, lai ikdienas mācīšanās procesā stiprinātu demokrātiskās vērtības, izmantojot nelielas, atkārtojamas EĶMD aktivitātes, kas palīdz piedzīvot un praktizēt brīvību, vienlīdzību un taisnīgumu, kā arī atsaucību dažādos PPOM kontekstos. Tās var izmantot kā īsus ierosinājumus vai arī savienot ilgākā secībā atkarībā no nodarbības formāta, ilguma un norises veida.



Neliels metodisks paņēmieni brīvības kā demokrātiskās vērtības stiprināšanai

EKMD metode: reflektīva rakstīšana

Konteksts: diskusijās, mācību nodarbībās vai projektu darbā daļa dalībnieku atturas no iesaistes, baidoties no vērtējuma, hierarhijas vai iespējas izskatīties nepietiekami informētiem, savukārt dažu dalībnieku teiktais dominē.

Kāpēc šī metode? Reflektīva rakstīšana rada privātu iespēju pārdomām, mazina sociālo spriedzi un atbalsta patiesu, atbildīgu pašizpausmi.

Kā to īsteno? Dalībnieki rakstiski īsi atbild uz jautājumu:

“Ko es par to patiesībā domāju – un kāpēc?”

Viņi raksta, īsi turpinot teikumus:

- “Es domāju...”/“Es jūtu...” (ķermeniski vai emocionāli)/“Man ir nepieciešams...” (lai es šajā grupā varētu sevi izteikt atbildīgi).

Pēc tam katrs dalībnieks izvēlas, kā iesaistīties tālāk: dalīties ar pārinieku, dalīties ar grupu vai paturēt rakstīto pie sevis (vai, ja iespējams, saglabāt anonimitāti).

Ko dalībnieki iegūst? Skaidrāku personisko skatījumu, līdzsvarotāku līdzdalību un pieredzi, kā sevi izteikt atbildīgi.

Noslēguma solis. Dalībnieki pabeidz teikumu:

“Viens veids, kā es mūsu mācībās vai darbā varu īstenot brīvību atbildīgi, ir...”

Metodisks paņēmiens vienlīdzības un taisnīguma kā demokrātiskās vērtības stiprināšanai

EĶMD metode: fotografēšana (vai vizualizēšana skicēs)

Konteksts: kopīgā organizācijas vidē, piemēram, darbinieku virtuvē vai atpūtas zonā, mācību materiālu zonā, bibliotēkā, reģistratūrā, koplietojamās darbavietās vai kopīgā tiešsaistes vidē, iekļaušana un izslēgšana bieži izpaužas nelielās ikdienas situācijās – kam ir vieta, kur apsēsties, kuram pievērš uzmanību, kura radītais troksnis tiek pieņemts, kurš jūtas pietiekami droši, lai aizņemtu vietu, un kurš klusi norobežojas. Šādi ieradumi ietekmē piederības sajūtu un var mazināt vai stiprināt gatavību iesaistīties arī citās kopīgās norisēs. Aktivitāti var veidot kā sociālās inovācijas foto izaicinājumu: pāri nosaka, kas konkrētajā vidē veicina vienlīdzību un taisnīgumu un kas tos ierobežo, un piedāvā vienu nelielu, īstenojamu uzlabojumu. Pēc tam grupa izvēlas vienu priekšlikumu, ko izmēģināt un vēlāk izvērtēt.

Kāpēc šī metode? Fotografēšana palīdz dalībniekiem pamanīt vienlīdzības un taisnīguma aspektus vidē, nevēršot uzmanību uz konkrētiem cilvēkiem. Tā piedāvā neuzspiestu veidu, kā izziņāt, kas līdzdalību veicina vai apgrūtina, pievērsties videi, priekšmetiem, izkārtojuma un ikdienas kārtībai, tā padarot vienlīdzību saskatāmu un apspriežamu.

Kā to īsteno?

- Vispirms vienojas par kopīgiem nosacījumiem: fotoattēlos neiekļauj atpazīstamas sejas; uzmanība tiek pievērsta videi, priekšmetiem, norādēm un skatpunktiem; ja nepieciešams, izvairās arī no konfidenciālas informācijas atainošanas.
- Strādājot pāros, dalībnieki sagatavo divus attēlus vai skices: vienu, kas liecina par piederību vai piekļuves iespējām, un otru, kas norāda uz šķērslī. Katram šķērslim tiek piedāvāts neliels uzlabojums, kas konkrētajā situācijā varētu stiprināt vienlīdzību un taisnīgumu.
- Attēliem pievieno īsus komentārus, izmantojot teikumus:
 - “Es pamanu...”;
 - “Tas šķiet iekļaujoši/izslēdzoši, jo...”;
 - “Neliels uzlabojums varētu būt...” (izvairoties no vainošanas un neminot konkrētus cilvēkus).
- Priekšlikumus īsi apspriež visa grupa, pēc tam balso, izmantojot vienkāršus kritērijus: īstenojams / taisnīgs / uzlabo piekļūvi plašākam cilvēku lokam / neprasa lielus resursus.
- Izraudzīto ieceru izmēģina praksē un vēlāk izvērtē. Vajadzības gadījumā to var virzīt tālāk sadarbībā ar atbildīgajām pusēm, piemēram, komandas vadītājiem, saimniecisko nodrošinājumu, personāla speciālistiem, mācību koordinātoru vai darbinieku pārstāvjiem.

Ko dalībnieki iegūst? Padziļinātu izpratni par to, kā ikdienas apstākļi ietekmē vienlīdzību un taisnīgumu, kopīgu valodu, kā runāt par iekļaušanu, nevēršot vainu pret konkrētiem cilvēkiem, un praktiskas idejas nelieliem, reāli īstenojamiem uzlabojumiem kopīgajā organizācijas vidē.

Noslēguma solis. Dalībnieki pabeidz teikumu:

“Viena neliela pārmaiņa, kas šo vidi padarītu vienlīdzīgāku, ir...”

Neliels paņēmieni atsaucības kā demokrātiskās vērtības stiprināšanai

EĶMD metode: apzinātības /sajūtu vingrinājums (ķermeniska kartēšana)

Konteksts: koplietotās informācijas izvietojanas vietas –

paziņojumu dēļi, ekspozīcijas, norādes, orientēšanās zīmes un koplietotās dokumentācijas zonas – bieži tiek iekārtotas ērtības vai vizuālas kārtības labad. Tas var neapzināti ierobežot atsevišķu cilvēku piekļuvi informācijai, piemēram, auguma, mobilitātes vai redzes atšķirību dēļ, kā arī veicināt pārpratumus.

Kāpēc šī metode? Šī aktivitāte ir balstīta apzinātībā un sajūtu pieredzē, jo tās sākumpunkts ir tieša, ķermeniska uztvere – dalībnieki pamana un izmanto savu acu līmeni kā tieši iegūtu pieredzes informāciju. Tā kļūst par ķermeniskas kartēšanas veidu, kad katrs dalībnieks uz kopīgas vertikālas joslas līdzās paziņojumu dēlim novieto magnētisku punktu savā acu līmenī. Punktiem pakāpeniski uzkrājoties, izveidojas redzama karte, kas atspoguļo, kā cilvēki patiesībā mijiedarbojas ar paziņojumu dēli. Pēc tam personāls izmanto šo karti, lai pielāgotu vidi, piemēram, izveidotu vienu vai divas lasīšanas joslas un izvietotu paziņojumus divos eksemplāros. Tādējādi atsaucība kļūst konkrēti īstenota – tiek pamanītas atšķirības grupā un attiecīgi pielāgota prakse, nevis sagaidīts, ka visi pielāgosies vienam standartam.

Kā to īsteno?

- Vispirms tiek panākta īsa vienošanās: mērķis ir pieejamība, neviens netiek izcelts, un ķermeniskā pieredze tiek atzīta par nozīmīgu informācijas avotu.
- Dalībnieki uz vertikālas joslas blakus paziņojumu dēlim savā acu līmenī novieto nelielu magnētisku punktu vai uzlīmi.
- Grupa aplūko izveidojušos rakstu un nosaka galveno “lasīšanas joslu”, kā arī otru, zemāku joslu, ja redzams skaidrs punktu grupējums.
- Turpmāk katrs paziņojums tiek izvietots divos eksemplāros, lai informācija būtu pieejama arī zemāka auguma dalībniekiem un cilvēkiem, kuri pārvietojas ratiņkrēslā. Vajadzības gadījumā paziņojumus joslu ietvaros var pārvietot, lai tos būtu vieglāk izlasīt.

Ko iegūst dalībnieki? Pieredzē balstītu izpratni par atsaucību kā vērtīgumu un pielāgošanos; labāku piekļuvi informācijai; mazāk novēršamu kļūdu; kā arī spēcīgāku sajūtu, ka viņi tiek pamanīti un uz viņu vajadzībām tiek atsaukts.

Pretstata piemērs (mazāk atsaucīga pieeja): personāls nosaka vienu standartizētu paziņojumu daļu augstumu, lai viss būtu vienmērīgi izkārtots. Paziņojumi tiek laminēti un izvietoti vienā joslā, pievienojot norādi: “Paziņojumus nepārvietot.” Dalībnieku pieredze vai ieteikumi netiek apkopoti. Dēlis izskatās kārtīgs, taču piekļuve informācijai ir nevienlīdzīga – daļa cilvēku to pārstāj lasīt, un pieaug kļūdu skaits, kas saistīts ar informācijas neuztveršanu.

Noslēguma solis. Dalībnieki reflektē, pabeidzot teikumu: “Viena vieta mūsu organizācijā, kur neliela pielāgošana varētu padarīt piekļuvi atsaucīgāku, ir...” Sākot izmantot šādas EĶMD aktivitātes, jūs veicināsiet arī demokrātiju kā tapšanu, jo var mainīties arī mācīšanās procesa gaisotne un norises veids.

4.2 Mazāk ierastais ceļš – ķermeniska sociālā pārveide

Lai gan iepriekš aplūkotās nelielās pieejas var palīdzēt stiprināt demokrātiskās vērtības, šajā sadaļā īpaši vēlamies pievērst uzmanību ķermeniskai sociālajai pārveidei. Šis darbs bieži ir vissarežģītākais, jo tajā ievainojamība, mulsums, uzticēšanās un citas jutīgas izjūtas daudz tiešāk izpaužas, un mācīšanās var būt intensīvāka nekā situācijās, kur galvenais uzsvars ir uz kognitīvo mācīšanos. Tāpēc ķermeniskā sociālā pārveide ir vērsta uz mācīšanās norišu vadīšanu, izmantojot daudzveidīgas estētiskās un ķermeniskās metodes, kas iesaista dalībnieku sajūtas, uztveri, kā arī ar ķermeni un kustību saistītos ieradumus un atšķirības.

Kā attieksme ķermeniskā sociālā pārveide aicina mūs atsacīties no lielas daļas institucionālās pieredzes veidotajiem priekšstatiem un ieradumiem, kas mūs bieži disciplinējuši sēdēt mierā, mācīties nevis ar sajūtām, bet tikai ar prātu un intelektu un nepievērst uzmanību savām izjūtām un sajūtām. Laika gaitā tas var radīt neuzticēšanos savai ķermeniskajai uztverei un dažkārt pat novest pie tā, ka rūpes par savu ķermeni tiek atstātas novārtā.



Būtiska atziņa

Ko nozīmē iedzīvināt sociālo pārveidi? Pievēršanās savām sajūtām, reakcijām un mūsu mācīšanās partneru sajūtām un reakcijām virza uzmanību uz to, kā uztveram savu ķermeni un ar kustību saistītos ieradumus. Skatījums tiek vērsts uz atšķirībām, dzīvu mijiedarbību un darbu grupā.

Ķermeniskas pieejas izglītībā demokrātijai ir cieši saistītas ar mācīšanās politisko dimensiju un demokrātiskas prakses prasībām. Ķermenis darbojas kā sajūtu uztvērējs – tas tieši uztver un sajūt gaisotni. Ieklausīšanās ķermenī var atklāt nevienlīdzīgas varas attiecības – kurš tiek aicināts runāt un no kura tiek sagaidīts, ka viņš klausīsies, kuram ir iespēja pieņemt lēmumus un no kura tiek sagaidīta pakļaušanās. Ķermeniskām pieejām ir potenciāls piekļūt šādai ķermeniskai un situētai izpratnei un padarīt to saskatāmu. Šajā nozīmē ikviena sociāla un institucionāla rakstura norise “sākas ar ķermeni”.

Tāpēc ķermeniskums sākas arī ar noskaņošanos uz ķermenī balstītu sevis un apkārtējās pasaules uztveri. Tā mēs cenšamies atbalstīt individuus un grupas sarežģītu sociālu jautājumu izpratnē un inovatīvu risinājumu izstrādē politiskajai rīcībspējai un solidaritātei.

Piemērs, kā EĶMD ieviest praksē: sasaiste ar pieredzi un sajūtām

“Strādājot augstākajā izglītībā, universitātes sporta zinātnes nodaļā mācu topošajiem skolotājiem estētisko izglītību. Pirmajās tikšanās reizēs semināros sākam ar refleksiju par katra paša biogrāfisko pieredzi sportā. Šī sākotnējā refleksija parasti atklāj, ka studenti identificējas ar noteiktu sporta veidu, ko viņi pazīst, un visbiežāk uzskata sevi par tajā “labiem”. Nereti strādāju ar samērā viendabīgu jaunu studentu grupu – ar cilvēkiem bez funkcionāliem ierobežojumiem, kuriem ir vesels un sportisks ķermenis. Tomēr seminārā viņu uzdevums ir reflektēt par savām netiešajām gaidām un normatīvo “skatījumu” uz ķermeņiem un to, kā tiem “vajadzētu” kustēties. Tāpēc mēs sākam ar apzinātas uztveres vingrinājumiem, kas izjauc ierasto, uz funkcionalitāti vērsto attieksmi pret savu ķermeni un virza uz sajūtās balstītu pieeju, kura var palīdzēt uztvert ikvienu ķermeni kā unikālu un atšķirīgi spējīgu. Tādēļ mēs iesaistāmies sevis un citu vērošanā un sarunās, kurās ar vērīgumu un novērtējošu attieksmi pievēršamies atšķirībām – ķermeņu, biogrāfiju un kustēšanās veidu daudzveidībai.”

AECED 10. gadījums: Vācija – augstākā izglītība un pieaugušo, profesionālā un organizāciju mācīšanās

Aktivāte

Šo sporta zinātnes piemēru var viegli attiecināt uz jebkuru izglītības jomu. Šādu procesa pieeju var izmantot arī, plānojot savas EĶMD darbības.

1. solis – reflektēt.

- Par ko ir jūsu darbnīca vai kurss?
- Kā studenti vai dalībnieki varētu veidot saikni ar šo tematu? Kā šo tematu varētu ievadīt, daloties pieredzē vai iesaistoties ķermeniskā vai sajūtās balstītā darbībā?

2. solis – noteikt iespējamās darbības soļus.

- Kurā mācību nodarbībā varētu iekļaut ķermenisku vai estētisku metodi, kas ļauj studentiem vai dalībniekiem mācīties, balstoties savā subjektīvajā, sajūtās balstītajā un kopīgajā pieredzē?
- Kā studenti vai dalībnieki varētu tikt iesaistīti šajā lēmumu pieņemšanas procesā?
- Kā var integrēt dalībnieku pieredzi un iesaisti?
- Kā šo pieredzi var sasaistīt ar personisko, sociālo un/vai organizācijas kontekstu? Kā tā var kļūt nozīmīga ikdienas praksē?

3. solis – izvēlēties piemērotas metodes, tās pielāgot un pilnveidot.

Estētiskās un ķermeniskās metodes vienmēr iesaista mācību dalībniekus kā konkrētā situācijā esošus cilvēkus, kuri atrodas noteiktā kontekstā un kuru esība ir nesaraujami saistīta ar zemi un ar savu ķermeni kā materiālās eksistences pamatu. Tā kā ikviena pieredze sakņojas ķermenī kā uztveres, refleksijas un rīcībspējas vietā, ķermeņi netiek izprasti kā tikai individuālas vienības. Tie drīzāk ir ieauti sociālajās, kultūras un politiskajās varas attiecībās.

Šeit aplūkotās metodes ir tikai dažas no iespējamajām pieejām. Droši tās pielāgojiet un kombinējiet, izmantojot izpratni, ko iegūstat mācīšanās procesā.

Metodiski paņēmieni līdzdalības veicināšanai diskusijās

Attēlu kartītes sava teiktā atrašanai

Dalībniekiem tiek izliktas attēlu kartītes un pastkartes. Katrs dalībnieks izvēlas kartīti, kas atspoguļo noteiktu tematu, viņa pašreizējās izjūtas vai mācīšanās mērķus. Tā var būt gan intuitīva kartītes izvēle, lai pēc tam pārdomātu, par ko tieši bijis šis impulss, gan apzināta izvēle par labu kartītei, kas ataino jau esošu domu vai izjūtu. Pēc personiskās refleksijas seko saruna pāri vai savu domu un izjūtu izteikšana grupā.

Fotografē un runā

Dalībnieki tiek aicināti ārpus klases nofotografēt vienu vai vairākus attēlus ar kaut ko tādu, kas, viņuprāt, ir nozīmīgs. Attēlus pēc tam apkopo, izmantojot tiešsaistes rīku, piemēram, Miro tāfeli, pārsūta uz ekrānu vai izdrukā. Pēc tam attēlus var apspriest – studenti var prezentēt savus attēlus, vai arī par tiem var diskutēt visa grupa kopā. Jautājumus var sākt ar novērojumu, piemēram: “Ko jūs redzat attēlā?”, un pēc tam pāriet pie asociācijām, nozīmēm un interpretācijām.

Dalībniekiem var arī lūgt piešķirt attēliem nosaukumus. Ieklausīšanās atšķirīgos nosaukumos var padziļināt sākotnējo uztveri un radīt gaisotni, kurā nav “pareizās” vai “nepareizās” atbildes, bet gan vairāki skatījumi uz vienu un to pašu.

Reflektīvā rakstīšana dienasgrāmatā

Aicinājums veidot mācīšanās dienasgrāmatu var radīt drošu iespēju personiskām domām, idejām un atziņām. To var arī skaidrot kā veidu, kas palīdz uzņemties atbildību par savu mācīšanās procesu. Laika atvēlēšana dienasgrāmatas rakstīšanai rada iespēju klusai rakstīšanai un refleksijai grupā. Īpaši nozīmīgs šis laiks var būt tiem dalībniekiem, kuriem vajadzīgs laiks, lai sakārtotu savas domas un tās paustu, jo dienasgrāmatas rakstīšana ļauj izteikties drošāk. Fragmentus no dienasgrāmatas var arī kopīgot un apspriest nelielās grupās.

Nelieli paņēmieni hierarhijas mazināšanai starp skolotāju un studentiem

Darbs ar dzijas pavedienu

Visi – arī skolotājs vai nodarbības vadītājs – nostājas aplī. Dzijas kamols tiek padots no viena dalībnieka nākamajam, līdz katram ir iespēja paturēt pavedienu. Tā aplī izveidojas pavedienu tīkls. Paliekot savienotiem ar šo tīklu, dalībnieki sāk kustēties un ķermeniski piedzīvo, kā katra cilvēka kustība ietekmē citus. Tas palīdz ieraudzīt mācīšanās situāciju kā kopradītu procesu un parāda, ka skolotājs šajā procesā ir tikai viens no līdzdalībniekiem, kas ietekmē kopējo norisi.

Sajūtu verbalizēšana

Rādot piemēru, nodarbības vadītājs skaļi reflektē par savām aktuālajām sajūtām, uztveri un domām. Tādējādi viņš kļūst tikpat atvērts un ievainojams, cik tiek aicināti būt dalībnieki vai studenti. Vadītājs izkāpj no “eksperta” un autoritātes lomas un kļūst par līdzizzinātāju un patiesu partneri kopīgā mācīšanās procesā.

Kopīga lēmumu pieņemšana

Viens no veidiem, kā mazināt hierarhiju, ir iesaistīt studentus lēmumu pieņemšanas situācijās, piemēram, vienojoties par mācīšanās norises organizāciju, sēdvietu izkārtojumu vai nodarbības struktūru, ņemot vērā grupas enerģiju un vajadzības. Svarīgi vispirms reflektēt par to, kādas līdzdalības iespējas esam gatavi atvērt, pirms tās piedāvājam mācību grupai.

Metodiski paņēmieni ķermeniskas atsaucības attīstīšanai

Ķermeņa iesaiste

Iesildīšanās kustības palīdz paaugstināt enerģijas līmeni un māca ķermenisku refleksiju, kā pamanīt savas sajūtas, emocijas un domas. Aiciniet dalībniekus piecelties un pārvietoties telpā, līdz viņi atrod sev ērtu vietu, kur apstāties. Pēc tam aiciniet viņus aizvērt acis un sajūst savu elpu un sirdspukstus. Pēc brīža, kas pavadīts mierīgi stāvot un vērojot savu ķermeni, sāciet vadīt pakāpenisku visa ķermeņa atslābināšanu, sākot ar acīm, lūpām un žokli, tad pārejot uz pleciem, rokām un plaukstām, pirkstiem, iegurni, kājām, ceļgaliem un pēdām. Kad ķermenis pakāpeniski atslābst, dodiet dalībniekiem laiku vienkārši pastāvēt un elpot, pirms aicināt viņus lēni atvērt acis un no jauna pievērsties apkārtējai videi.

Acu kontakts pāros

Acu kontakta vingrinājums pāros: aiciniet dalībniekus atrast partneri un apsēsties vai nostāties vienam otram pretī. Pēc tam aiciniet viņus divas minūtes vai ilgāk uzturēt tiešu acu kontaktu. Šajā laikā mērķis ir būt pilnībā klātesošam otram un pārdomāt izjūtas, ko rada tas, ka otrs tevi redz. Šis vingrinājums palīdz ieraudzīt otra cilvēciskumu. Pēc tam veltiet laiku pārrunām – vispirms pāros, pēc tam visā grupā.



Laiks refleksijai

Ar šiem ierosinājumiem, metodēm un paņēmieniem aicinām jūs vērot, kā mainās mācīšanās gaisotne, attiecības starp dalībniekiem un iesaiste saturā, pakāpeniski virzoties demokrātijas kā tapšanas virzienā.

- Kādas pazīmes liecina par aktīvāku līdzdalību, lielāku uzmanību varas attiecībām un vēlmi kopradīt?
- Kā ķermeniskā prakse iesaista dalībniekus?
- Kā dažādu maņu iesaiste ietekmē dalībnieku klātbūtni un gatavību iesaistīties?

Noslēgumā vēlamies pievērst uzmanību arī daudzsugu savstarpējai saistībai – aicinājumam paplašināt savu skatījumu un domāt ne tikai par cilvēkiem, bet arī par citām dzīvām būtnēm. Laikā, kad pasaulē vienlaikus norisinās vairākas krīzes, ir svarīgi apzināties, ka līdzdalību mācīšanās, lēmumu pieņemšanas un koprades procesos ietekmē dažādi savstarpēji saistīti apstākļi. Mūsu skatījumu veido attiecības pasaules mērogā. Tāpēc ir svarīgi apzināties arī cilvēku privilēģijas, jo cilvēki tik bieži ir noteikuši “spēles noteikumus”. Vienlaikus uzmanība jāpievērš tiem, kuri ir visneaizsargātākie, tostarp arī būtnēm ārpus cilvēku pasaules. Šādā skatījumā cilvēks vairs nav vienīgajā centrā, bet uzmanība tiek pievērsta arī līdzāspastāvēšanai, atbildībai un iespējamai izzušanai.

- Kā ir iztēloties demokrātiju ārpus cilvēkcentrēta skatījuma?
- Kāpēc gan nesākt ar savas saiknes izjušanu ar biti – būtni, ar kuru mūsu pastāvēšana ir cieši saistīta?

Šie vingrinājumi atgādina, cik svarīgi ir veltīt laiku vērīgai attieksmei pret dalībniekiem kā ķermeniskām būtnēm. Tie var palīdzēt stiprināt saikni ar sevi, ar kopējo labbūtnību un attīstīt ķermeniski balstītu atsaucību.

4.3 Koplietošanas modeļu valoda – EĶMD metodoloģija pārmaiņu veidošanai


Rokasgrāmatā estētiskās un ķermeniskās mācīšanās demokrātijai pieaugušo, profesionālās un organizāciju mācīšanās jomā koplietošana raksturota kā alternatīvs skatījums uz izglītību, ko piedāvā izglītības filozofi Collet-Sabé un Ball. Tā kā koplietošanas pieeja ir dziļi sakņota estētiskā un ķermeniskā pārmaiņu izpratnē, tā piedāvā jaunu un inovatīvu metodoloģiju EĶMD īstenošanai. Koplietošanas modeļu valoda nav tikai metode, tā ir saistīta ar plašāku, trīs dimensijās balstītu pieeju demokrātijai kā tapšanai. Tāpēc tā ir nozīmīga dažādos darba ar grupu vadīšanu saistītos EĶMD līmeņos. Vācijas un Somijas komandas savos izmēģinājumos pārbaudīja koplietošanas metodoloģiju. Īpaši padziļināti šo perspektīvu pētīja Vācijas komanda, strādājot ar augstākās izglītības studentiem, profesionāļiem, aktīvistiem, organizatorisko pārmaiņu virzītājiem un pedagogiem.

Koplietošana kā sociāla prakse nozīmē, ka cilvēki organizējas uz līdzvērtīgiem pamatiem, lai savās kopienās izmantotu un uzturētu sev nepieciešamos resursus. Tā tiek uzskatīta par pamatjēdzienu, jo prasa cilvēku aktīvu līdzdalību savas dzīves veidošanā un ietekmēšanā (sk. Bollier & Helfrich, 2015).[1]

Mūsu prakses ceļvedī ir aplūkotas trīs koplietošanas dimensijas – sociālā kopābūšana, pašpārvaldība un rūpju ekonomika. Balstoties uz Helfrich un Bollier,[2] tajā parādīts, kā šīs dimensijas veido koplietošanas modeļu valodu, ko iespējams iepazīt, izmantojot kartīšu kopumu. Turpmāk iepazīstināsim ar šo kartīšu kopumu un tā saistību ar koplietošanas metodoloģiju.

[1] Bollier, D. & Helfrich, S. (2015) Patterns of Commoning (Amherst, Mass: Commons Strategy Group and Of the Common Press)

[2] Helfrich, S. & Bollier, D. (2019) Frei, Fair und Lebendig. Die Macht der Commons. Bielefeld: transcript



Koplietošanas modeļu valoda tiek piedāvāta kā kartīšu komplekts, ko var izmantot dažādos mācīšanās un pārmaiņu procesos. Kartītes pievēršas trim savstarpēji saistītām demokrātiskas prakses dimensijām – sociālajai kopībai, politiskajai pašpārvaldei un uz rūpēm vērstai ekonomikai. Modeļi balstīti atziņās, kas gūtas vairāk nekā 400 intervijās visā pasaulē, un raksturo labas prakses veidus – demokratizējošas prakses, kuras indivīdi un kopienas var atzīt par nozīmīgām, lai tās izziņātu vai pielāgotu savam kontekstam.

Koplietošanas modeļu valoda piedāvā inovatīvu pieeju darbam ar taustāmiem, vizuāliem un materiāliem elementiem kā kopīgas izpratnes veidošanas objektiem – objektiem, kas var atbalstīt kopīgas izpratnes veidošanos un dialogu starp atšķirīgām perspektīvām. Šajā pieejā ierosināts strādāt ar risinājumos balstītiem modeļiem, kas var palīdzēt indivīdiem, grupām un organizācijām kopīgi virzīties pārmaiņu procesos.

Kartīšu komplekta vizuālais un konceptuālais veidojums palīdz koplietošanas modeļu valodai rosināt stāstījumu veidošanu, izziņāšanu, iztēli, refleksiju un pārmaiņu procesu kopīgu izstrādi grupās, sociālajās kustībās, organizācijās un tīklos. Tāpat kā citas šajā rokasgrāmatā aprakstītās pieejas, arī šī pieeja tiek piedāvāta kā resurss, ko var pielāgot saviem mērķiem, kontekstam un iecerēm.

Viens no modeļiem, kas mums īpaši šķiet nozīmīgs, vienlaikus ir arī viens no būtiskākajiem – “saglabāt attiecības, risinot konfliktus”. Tas atgādina, ka ir svarīgi veidot iespējas pievērsties konfliktiem, vienlaikus atzīstot, ka konflikts ir attiecību daļa. Katra modeļa kartīte formulēta kā risinājumā balstīts modelis, kas palīdz iztēloties konkrētu praksi, kā rīkoties citādi noteiktā problemātiskā situācijā. Tās ir atgādnes, kas rosina mācību grupās, kopienās vai procesos apzināti, atbildīgi un ar rūpēm pievērsties noteiktiem jautājumiem un tādējādi atbalstīt demokrātiju kā tapšanu. Turpinājumā iepazīstinām arī ar papildu risinājumos balstītiem modeļiem, piedāvājot procesa pieeju organizāciju mācīšanās attīstīšanai, kas balstās koplietošanas modeļu valodas kartīšu komplektā. Taču vispirms ir svarīgi labāk izprast, kas ir modelis.



Preserve Relationships in Addressing Conflicts

How are conflicts addressed?

It is important to have protected spaces in which conflicts can be made visible and their causes understood. An attitude of respect and mutual concern is critical. Complaints should focus on concrete behaviors or statements, not individuals. Criticism should be balanced with expressions of respect and personal appreciation. An attitude of respect and mutual concern is critical so that relationships can be changed and not destroyed. In some instances, however, separations may be the best option.

At the *Crocosola* cooperative (Venezuela), concrete behaviors are openly and substantially criticized in group settings, but the choice of words and tone remain respectful. After conflict situations, for example, a hug conveys the message: *Whatever our disagreement, I see you as a human being.*

Systemic coaching, mediations and 'Constellations' workshops can address conflicts while preserving relationships.

7



Avots: Helfrich & Petzold (2021), Pattern Language of Commoning.

© Silke Helfrich and Julia Petzold. Licencēts saskaņā ar CC BY-SA 4.0.

Ilustrācija © Mercè M. Tarrés (Peer Production License).

Kartes dizains © Sibylle Reichel (CC BY-SA 4.0).

Kas ir modelis?

Modelis raksturo tāda risinājuma būtību, kas atkārtoti palīdz risināt līdzīgos kontekstos sastopamu problēmu. Tas apkopo pieredzē balstītas zināšanas, kuru lietderība laika gaitā ir apliecinājusies, un to var saprast kā daudzpusīgu līdzekli, kas sniedz orientieri, neuzspiežot vienu noteiktu īstenošanas formu. Tādēļ modeļi ir pielāgojami un atvērti interpretācijai atkarībā no situācijas, kurā tie tiek izmantoti.

Koplietošanas modeļu valodas kartīšu kopums

Koplietošana kā sociāla prakse nozīmē, ka cilvēki kopīgi un līdzvērtīgi rūpējas par resursu izmantošanu, uzturēšanu un saglabāšanu, no kuriem viņi ir atkarīgi. Tas ietver gan kopīgu lēmumu pieņemšanu, gan pastāvīgu refleksiju par pārvaldību, sociālo kopābūšanu un ražošanas procesiem.

Koplietošanas modeļi raksturo atkārtoti sastopamas sociālās, pārvaldības un ekonomiskās prakses, kas var stiprināt kolektīvas organizācijas un kopienas. Līdz šim izstrādātie modeļi ir apkopoti koplietošanas modeļu valodā, kas šeit piedāvāta kartīšu kopuma veidā. Pašreizējo kopumu veido 33 kartītes. Katrā kartītē apvienotas vizuālas ilustrācijas, ierosinoši jautājumi, īsi apraksti, praktiski piemēri un norādes uz saistītiem modeļiem. Šie elementi ļauj lietotājiem savstarpēji saistīt kartītes un brīvi pētīt, kā dažādas prakses ir savstarpēji saistītas.

Koplietošanas modeļu valodas kartītes ir veidotas kā daudzveidīgi izmantojams materiāls, ko var izmantot ļoti dažādos kontekstos, tostarp skolās, veselības centros, darbinieku kooperatīvos, studentu grupās, vietējās kopienas iniciatīvās, uzņēmumos un citās kolektīvas organizēšanās formās. To mērķis nav piedāvāt gatavus risinājumus, bet gan palīdzēt grupām un organizācijām reflektēt par savu organizatorisko praksi un to veidot, izmantojot izglītības un organizatoriskās izglītības procesus. Šādi lietotas, kartītes var palīdzēt skaidrāk formulēt izaicinājumus, rosināt dialogu, veicināt kopīgu refleksiju, kā arī stiprināt kolektīvu mācīšanos un saskaņotu rīcību neatkarīgi no grupas lieluma vai pieredzes līmeņa.

Kā un kur izmantot koplietošanas modeļus?

Izmēģinājumos, mācību programmās un organizāciju mācīšanās procesos modeļus var izmantot kā resursus, lai atbalstītu:

- kopīgu izpratni un saziņu;
- kopīgi virzītus attīstības procesus;
- ilgtspējīgas, uz procesu vērstas pārvaldības formas.

Reflektēšana par modeļiem var palīdzēt gan formulēt vajadzības procesa sākumā, gan pamanīt grūtības, kas parādās vēlāk. Viens no veidiem, kā sākt, ir atgriezties pie kopīgajām vērtībām un principiem, kas bija projekta pamatā sākumā, un jautāt, vai tie joprojām īstenojas praksē. Vēlāk, īpaši spriedzes vai konflikta brīžos, nozīmīgi var kļūt citi modeļi. Atkārtoti izvēloties modeļus, kas konkrētajā brīdī šķiet svarīgi, grupa var labāk saskatīt jaunus izaicinājumus un meklēt iespējamus risinājumus. Tādējādi kartītes var atbalstīt nepārtrauktu refleksiju un mācīšanos visā projekta gaitā.

Kā didaktiski resursi tās var palīdzēt stiprināt sociālo kopību un tās demokrātisku veidošanos, sekmējot:

- spēju pamanīt un uztvert gan individuāli, gan kopīgi;
- pieredzes izteikšanu, formulēšanu un raksturošanu;
- dziļāku izzināšanu un pastiprinātu spēju reflektēt ;
- uzmanības virzīšanu no sevis uz kopējo veselumu;
- alternatīvu priekšstatu un kopīgas iztēles veidošanu;
- kopīgas ievirzes stiprināšanu;
- tādu iespēju radīšanu, kurās var notikt pārmaiņas.

Tās var arī rosināt kolektīvu pašorganizēšanos,

- pievēršot uzmanību veiksmīgām praksēm;
- savedot kopā cilvēkus no atšķirīgām sociālajām vidēm;
- atzīstot tiesības un atbalstot dalītas pārvaldības formas;
- pievēršoties robežām, noteikumiem un kopīgai lēmumu pieņemšanai;
- izzinot konfliktu risināšanas pieejas;
- pievēršot uzmanību atbildības un noteikumu pārkāpumu jautājumiem;
- reflektējot par to, kā grupā rīkoties samērīgi un pakāpeniski.

Piemērs: projekta uzsākšana

Uzsākot projektu vai sadarbībā balstītu procesu, koplietošanas modeļu valodas kartītes var izmantot, lai izgaismotu to, kas ir svarīgs visiem iesaistītajiem. Vajadzības un vērtības var pārdomāt, iepazīstot modeļus un sasaistot tos ar konkrēto kontekstu. Piemēram, kartītes var izvietot telpā un aicināt katru dalībnieku izvēlēties vienu vai vairākas kartītes, kas šajā brīdī šķiet nozīmīgas vai īpaši uzrunā. Kad visi ir izvēlējušies kartītes un tās aplūkojuši, dalībnieki tiek aicināti iepazīstināt grupu ar savu izvēli. Pēc tam kopīgi var reflektēt par to, ko šie modeļi varētu nozīmēt projektam, pievērsties piemēram, sociālās kopības, organizācijas struktūras vai darba procesu jautājumiem. Noderīgi var būt arī izmantot dalībnieku iepriekšējo pieredzi un tajā gūtās atziņas. Noslēgumā grupa var vienoties par kopīgām vērtībām vai pamatprincipiem, pie kuriem procesa gaitā atgriezties un kurus turpmāk ievērot.

Šāda pieeja veicina dialogu, refleksiju un kopīgu izpratni par projekta prioritātēm, vienlaikus piedāvājot elastīgu pieeju modeļu iepazīšanai, neuzspiežot iepriekš noteiktus rezultātus.

4.4 No nelieliem paņēmieniem līdz metodoloģiskām pieejām: EĶMD pieeju daudzveidība

Šajā sadaļā esam jūs iepazīstinājuši ar plašu EĶMD pieeju klāstu – no nelieliem (metodiskiem) paņēmieniem līdz ķermeniskām pieejām un koplietošanas modeļu valodas izmantošanai. Mēs tās neuztveram kā nošķirtas kategorijas, bet gan kā savstarpēji saistītas prakses, jo savā ziņā ikviena pieeja ir saistīta gan ar mūsu ķermeni, gan domāšanu. Jebkuras pārmaiņas ir saistītas ar maņām un ķermeniskajām praksēm. Pārveidojoši procesi ietver izmaiņas tajā, kā mēs sajūtam, uztveram un piedzīvojam.

EĶMD tiek izprasta kā ķermeniska sociālā pārveide, savukārt koplietošana – kā pārmaiņu metodoloģija; abas ir vērstas uz sociālās kopības stiprināšanu, pašpārvaldes veicināšanu un ieguldījumu rūpēs balstītā ekonomikā.

Saistībā ar uzmanības aspektiem katrs no šiem resursiem aicina jūs iekļaut, izmēģināt un nostiprināt estētiskās un ķermeniskās prakses. Tie piedāvā pamatelementus kolektīvu un organizatorisku pārmaiņu veidošanai un izstrādei, kā arī ievieš valodu, kas palīdz veidot patiesi demokrātiskas attiecības, sekmēt noslieces un spējas aktīvai demokrātiskai pilsoniskajai līdzdalībai un padziļināt demokrātijas pieredzi. Tie izgaismo koprades nozīmi un ķermeņa lomu kā jūtošu un atsaucīgu dalībnieku izglītībā demokrātijai.

Izglītību demokrātijai mēs saprotam kā ierastu domu, kustību un izteiksmes veidu pārveidi, ko laika gaitā esam sevī nostiprinājuši. Jebkurā izglītības situācijā un kontekstā mēs vēlamies stiprināt demokrātijas pieredzēšanu individuālā, kolektīvā un organizācijas līmenī. Mēs apzināmies, ka jums kā procesa vadītājam, praktiķim, konsultantam vai pārmaiņu virzītājam iesaiste šādās pieejās var šķist neierasta vai radīt neērtību. Var būt arī situācijas vai konteksti, kuros, lemjot par to, vai un kā strādāt ar EĶMD, ķermeniskajām un koplietošanas pieejām, ir svarīgi ņemt vērā savu emocionālo drošību, labsajūtu un profesionālās robežas.

Tomēr šis prakses ceļvedis piedāvā daudz praktisku metožu, ko var izmantot un pielāgot jebkurā kontekstā. Tās var palīdzēt grupas vadītājam plānot nodarbību, darbnīcu vai mācību norisi, kā arī atbalstīt kopīgu un organizācijas mācīšanos.

4.5 Refleksija par paveikto

Turpmāk piedāvātie refleksijas resursi ir paredzēti pedagogiem, grupu vadītājiem un supervizoriem, kuri iesaistās estētiskajā un ķermeniskajā mācīšanās demokrātiskajā praksē. Šie resursi nav vērtēšanas rīki un nav domāti snieguma vai rezultātu novērtēšanai. Tie izstrādāti, lai atbalstītu ētisku spriestspēju, refleksivitāti un profesionālo mācīšanos atbilstoši galvenajā rokasgrāmatā un EĶMD ietvarā izklāstītajām ievirzēm. Refleksija var notikt individuāli, kolēģu dialogā, supervīzijā vai kolēģu kopīgās mācīšanās norisēs. Nav nepieciešams aplūkot visus jautājumus – tie piedāvāti kā atvērti aicinājumi pamanīt, apstāties un reflektēt ilgākā laika posmā.

1. Pirms grupas vadīšanas vai mācīšanās norišu plānošanas

Jautājumi, kas palīdz pārdomāt situāciju pirms iesaistīšanās EĶMD praksēs.

- Kas mani mudina šajā kontekstā izmantot estētiskās un ķermeniskās metodes?
- Kādus pieņēmumus es izdaru par dalībnieku gatavību, interesi vai iespējām iesaistīties?
- Kā šajā mācīšanās situācijā izpaužas vara, lomas un autoritāte?
- Kādi ierobežojumi – laiks, noteiktais uzdevums, institucionālās gaidas – nosaka to, kas ir iespējams?
- Kā tiks skaidrots dalības brīvprātīgums, izvēles iespējas un iespēja neiesaistīties, un kā tiks atbalstīta šo izvēļu īstenošana?

2. Mācīšanās laikā: pamanīt notiekošo

Šie jautājumi palīdz saglabāt vērīgu klātbūtni grupas vadīšanas laikā, nevis kalpo kā lēmumu pieņemšanas kontrolesaraksts konkrētajā brīdī.

- Kuri brīži šķita nozīmīgi vai jēgpilni, un kāpēc?
- Kur radās nenoteiktība vai neērtība, un kā uz to tika reaģēts?
- Kā praksē izpaudās varas dalīšana, arī attiecībā uz manu lomu?
- Kas atbalstīja vai ierobežoja attiecību labbūtību?
- Kas joprojām paliek neatrisināts vai atvērts turpmākām pārdomām?

3. Pēc mācīšanās: gūtās pieredzes izvērtēšana

Šie jautājumi palīdz individuāli vai kopā ar citiem pārdomāt pieredzi pēc mācīšanās norises.

- Kuri brīži šķita nozīmīgi vai jēgpilni, un kāpēc?
- Kur radās nenoteiktība vai neērtība, un kā uz to tika reaģēts?
- Kā praksē izpaudās varas dalīšana, arī attiecībā uz manu lomu?
- Kas atbalstīja vai ierobežoja attiecību labbūtību?
- Kas joprojām paliek neatrisināts vai atvērts turpmākām pārdomām?

4. Demokrātiskās jutības izvērtēšana

Šie jautājumi rosina ilgākā laika posmā pārdomāt demokrātiskās jutības attīstīšanos.

- Kā laika gaitā mainās mans vērīgums pret varas attiecībām, atšķirībām un attiecību veidošanos?
- Ko es mācos par saviem ieradumiem klausīties, runāt un atsaukties?
- Kā estētiskās un ķermeniskās metodes ietekmē manu profesionālo vērtējumu?
- Kā mainās mana spēja pieņemt nenoteiktību?

5. Reflektēšana kopā ar citiem

Reflektēšana EĶMD pieejā var kļūt dziļāka un daudzpusīgāka, ja tā notiek dialogā ar kolēģiem vai supervizoru.

- Kādi jautājumi rodas, reflektējot kopā, nevis vienatnē?
- Kā citu skatījumi paplašina vai pārveido manu izpratni par pieredzēto?
- Kāds atbalsts vai izaicinājums palīdz uzturēt mācīšanos demokrātijas virzienā?

Šādam dialogam nozīmīgs ir pieņemošs skatījums, kas skaidrots PPOM rokasgrāmatā. Tas palīdz nodrošināt, ka refleksija saglabājas nevērtējoša, cieņpilna un ētiski pamatota.

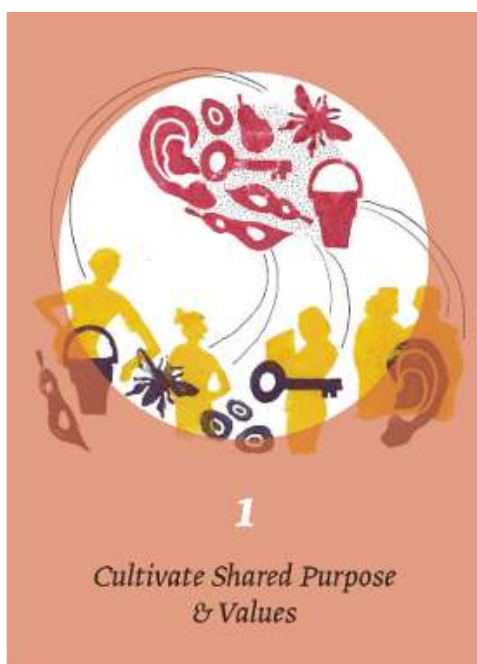
6. Piezīme par izmantošanu

Šie refleksijas resursi ir apzināti veidoti atvērti. Tie nav paredzēti sistemātiskai aizpildīšanai vai izmantošanai kā kompetences apliecinājums. To nozīme ir atbalstīt nepārtrauktu profesionālo mācīšanos, ētisku apzinātību un demokrātiju kā tapšanu.

Pedagogs vai nodarbības vadītājs var šos jautājumus pielāgot, savienot ar citām refleksijas pieejām vai arī nolikt malā, ja tie konkrētajā situācijā vairs nav noderīgi. Refleksija, tāpat kā mācīšanās demokrātijai, attīstās laika gaitā un nav standartizējama.

5. Turpmākā attīstība: resursi un nākamie soļi


Šajā sadaļā apkopoti galvenie resursi, kas var atbalstīt jūsu turpmāko ceļu estētiskajā un ķermeniskajā mācīšanās demokrātijai praksē. Tā arī norāda uz iespējām padziļināt savu praksi, iesaistīties plašākā AECED projekta kontekstā un uzturēt demokrātiskas mācīšanās dinamiku savā profesionālajā un organizācijas darbības vidē.



Kā mēs atveram durvis? Kā varam iesaistīties estētiskās un ķermeniskās mācīšanās kopradē?

Šajā prakses ceļvedī esam parādījuši, kā estētiskā un ķermeniskā mācīšanās demokrātijai var atbalstīt individuālu un kopīgu mācīšanos. Esam iekļāvuši arī metodoloģiju organizācijas pārmaiņām un pārmaiņām tajā, kā attiecamiem pret sevi, citiem un pasauli, kurā dzīvojam. Mēs esam aicinājuši jūs veidot savas kopīgās norises, kurās iztēloties no jauna, kā mēs veidojam attiecības, mācāmies un strādājam kopā.

Kā uzsvērts ietvarā un rokasgrāmatā, nozīmīgs pieaugušo, profesionālās un organizāciju mācīšanās potenciāls ir saistīts ar citādu skatījumu uz sevi, apkārtējo vidi un cits uz citu. Mēs esam balstījušies uz šo atziņu, piedāvājot praktiskas pieejas, kas palīdz mainīt skatījumu – no koncentrēšanās uz sevi uz attiecībās un kopībā balstītu skatījumu uz pasauli un citiem. Tādējādi tiek uzsvērti sarežģīti un mainīgi dzīves procesi, kuros vērtības tiek radītas un vajadzības tiek īstenotas saskaņā ar demokrātijas kā tapšanas principiem.



Mēs esam aicinājuši jūs no jauna pievērsties savai ķermeniskajai pieredzei kā sabiedrotajai, izmantojot visas maņas, lai padziļinātu izpratni par sevi, citiem un situācijām, ko vēlamies kopradīt daudz rūpīgākā, jēgpilnākā un priecīgākā veidā. Tādēļ aicinām jūs no jauna iztēloties, kā mēs mācāmies un kā organizējam savu kopīgo darbību ceļā uz demokrātiju.

Šajā prakses ceļveža noslēguma sadaļā sniedzam īsu pārskatu par plašāku resursu kopumu, kas atbalsta jūsu iepazīšanos ar demokrātiju kā tapšanu. Mēs arī norādām uz papildu materiāliem, kas AECED projektā izstrādāti par estētisko un ķermenisko mācīšanos demokrātijai.

AECED pamatresursi: īss pārskats

Mēs jau esam jūs iepazīstinājuši ar AECED resursiem, kas papildina šo prakses ceļvedi. Tie ietver:

- Saikne ar demokrātiju: Pedagoģiskais ietvars izglītībai demokrātijai

Un rokasgrāmatas un prakses ceļvežus, kas atbalsta pārējos posmus:

- Demokrātijas veidošana no pamatiem (3–10 gadi): Pirmsskolas un sākumizglītības rokasgrāmata;
- Saikne ar demokrātiju vidējā izglītībā:
- Rokasgrāmata estētiskajai un ķermeniskajai mācīšanās pieejai demokrātijai;
- Demokrātijas piedzīvošana augstākajā izglītībā: Estētiskās un ķermeniskās mācīšanās demokrātijai rokasgrāmata.

6. Noslēguma vārdi, pateicība un iespēja sazināties

Šis prakses ceļvedis noslēdzas, vēlreiz pievēršoties EĶMD kodolam – pārlicībai, ka demokrātija nav vienīgi mācību saturs, bet gan kaut kas tāds, ko praktizē, sajūt, piedzīvo un izdzīvo ikdienas mijiedarbībā.

Šajā ceļā esat iepazinuši vērtības, principus, refleksijas jautājumus, pieejas, nelielus paņēmienus un procesa virzienus, kas aicina radoši un attiecībās balstīti iesaistīties izglītībā demokrātijai. Jūs esat izzinājuši, kā EĶMD var palīdzēt pamanīt vairāk, ieklausīties dziļāk, dalīt varu un veidot apstākļus, kuros ikviens dalībnieks jūtas pamanīts, novērtēts un spēj dot savu ieguldījumu.

Strādājot ar šo prakses ceļvedi, ceram, ka esat ieguvuši:

- praktiskus soļus, kā noteikt pedagoģiskās darbības ievirzi, izvēlēties estētiskās un ķermeniskās metodes, plānot, izmēģināt un reflektēt;
- ētiskas un refleksīvas nostājas, kas atbalsta atbildīgu pedagoģisko vadīšanu;
- daudzveidīgas aktivitātes, ko iespējams pielāgot savam kontekstam;
- domāšanas un darbības veidus, kas stiprina demokrātisko jutību indivīdu, grupu un organizāciju līmenī;
- ceļu uz padziļinātu izzināšanu, piemēram, koplietošanas, ķermeniskas sociālās pārveides un organizāciju mācīšanās jomā.

Tagad jūsu rīcībā ir rīki, kas var palīdzēt pārveidot gan jūsu pašu pedagoģisko praksi, gan to profesionālo vidi, kurā jūs darbojaties.

Katra jūsu vadītā nodarbība, katra saruna un katra nelielā pārmaiņa attiecību praksē veido plašāku izglītības demokrātijai kultūru.

Noslēdzot darbu ar šo prakses ceļvedi un turpinot savu profesionālo darbību, ierosmei var kalpot arī vairāki būtiski jautājumi.

- Kur es varu ieviest nelielas estētiskās un ķermeniskās prakses, kas maina to, kā mēs veidojam attiecības?
- Kā es varu pavērt plašākas iespējas kopīgai nozīmes veidošanai?
- Kādas līdzdalības formas vai kādi viedokļi pagaidām izpaliek un kā tos varētu iekļaut?
- Kā varas dalīšana izpaužas situācijās, kurās es iesaistos?
- Kā es varu stiprināt demokrātisku labbūtību savā komandā vai organizācijā?
- Kuri resursi šobrīd visvairāk atbilst situācijai, kurā strādāju?
- Kuras estētiskās un ķermeniskās metodes vai pieejas es vēlētos izmēģināt turpmāk?
- Kuru es varētu aicināt iesaistīties šajā mācīšanās procesā kopā ar mani?
- Kādu nelielu un īstenojamu soli es jau šonedēļ varētu spert, lai EĶMD vairāk iekļautu savā darbā?

Šīs pārdomas var palīdzēt ievirzīt nākamās soļus.

Ceram, ka šis prakses ceļvedis jums ir bijis vērtīgs un noderīgs turpmākajā darbā.

PIELIKUMI

1. pielikums: tukša plānošanas veidlapa

Metodes nosaukums:

Ieteicamais laiks:

Nepieciešamie materiāli:

Priekšnosacījumi:

Mācīšanās iespējas:

Rezultāti:



Īstenošana:

Kopīga refleksija un izvērtēšana:

Saikne ar EĶMD:

2. pielikums: plānošanas veidlapas piemērs

Metodes nosaukums: kolāžas veidošana

Ieteicamais laiks: 60 minūtes

Materiāli: ierosmes materiāls, papīrs, kolāžas veidošanas materiāli, piemēram, zīd papīrs, dekoratīvi rokdarbu elementi, žurnālu attēli, atrasti priekšmeti, dabas materiāli vai priekšmeti no apkārtējās vides

Priekšnosacījumi: pietiekami daudz vietas visiem dalībniekiem

Mācīšanās iespējas:

- kolāžas izmantošana, lai izzinātu un pārdomātu demokrātisko praksi profesionālās komandās;
- jaunu atziņu veidošana un nozīmes konstruēšana, izmantojot ekspresīvu estētisku un ķermenisku pieeju;
- mācīšanās no citu pieredzes.

Rezultāti:

- demokrātijas lomas izpēte darba komandā un iespēju saskatīšana demokrātiskākai ievirzei praksē;
- estētiskās un ķermeniskās mācīšanās demokrātijai pieredzēšana praksē kā nozīmes veidošana un iespēju iztēlošanās profesionālajai lomai.

Īss apraksts: šajā aktivitātē dalībnieki, izmantojot kolāžu, pēta demokrātiskas prakses nozīmi komandā. Aktivitāti var īstenot gan kopīgi, gan individuāli. Pēc aktivitātes tiek atvēlēts laiks refleksijai (kopīgi vai mazākās grupās).

Pārskats un īstenošana:

- aiciniet dalībniekus izveidot kolāžu (bez līmes), atbildot uz ierosmes jautājumu, piemēram: “Kā demokrātija šobrīd izpaužas vai tiek pieredzēta jūsu komandā un profesionālajā darbībā?” (10 minūtes);
- atgādiniet grupai, ka šī aktivitāte nav par precizitāti vai tehnisko prasmi un ka atbildi nevajag pārmērīgi analizēt. Līme netiek izmantota, lai saglabātu iespēju pārvietot kolāžas elementus un mainīt kompozīciju, attīstoties idejām un domāšanai;
- aiciniet dalībniekus kopīgi reflektēt un apspriest izveidotās kolāžas: vai parādās kopīgas tēmas, izaicinājumi u. c.;
- individuāli vai grupās aiciniet noteikt kādu turpmākas izpētes virzienu savā praksē. Kā ierosmes var izmantot demokrātijas dimensijas (varas dalīšana, transformējošs dialogs, holistiskā mācīšanās, attiecību labbūtība) vai demokrātiskās vērtības. Aiciniet pierakstīt izvēlēto virzienu (20 minūtes);
- aiciniet dalībniekus pārveidot savu kolāžu, izmantojot tos pašus materiālus, noņemot vai pievienojot jaunus elementus. Šoreiz uzdevums ir iztēloties iespējas demokrātiskākai praksei (10 minūtes);
- atveliet laiku jautājumiem, individuālai un kopīgai refleksijai.

Kopīga refleksija un izvērtēšana:

- kopīgās refleksijas un izvērtēšanas laikā dalībnieki var apspriest savas kolāžas, piemēram, kādas nozīmes un interpretācijas tajās atklājās;
- aiciniet citus ieklausīties katra dalībnieka kolāžas skaidrojumā bez vērtēšanas un nepārtraucot, pirms dalās ar savām pārdomām;
- aiciniet pārdomāt, kā bija izteikt savas idejas citādā veidā – ar kolāžas palīdzību –, kā arī kāda bija pieredze, ieklausoties citu reakcijās un kolāžas interpretācijās.

Sasaistē ar EĶMD:

Šajā aktivitātē kolāža tiek izmantota kā estētiskā un ķermeniskā metode. Izmantojot kolāžas veidošanas pieeju, kurā elementi netiek pastāvīgi nostiprināti, nodarbības vadītāji vai dalībnieki var ērti pārkārtot kompozīciju, pievienot jaunus elementus vai noņemt esošos, veidot kolāžu no jauna vai meklēt atšķirīgus kompozicionālus risinājumus.

Aktivitāti var tieši saistīt ar demokrātijas tematiku un tās saikni ar profesionālo darbību, kā tas redzams šeit aprakstītajā piemērā. Taču var izmantot arī tādu ierosinājumu, kas nav tieši vērsts uz izglītību demokrātijai, bet kopīgajā refleksijā pievēršties tam, kā iesaiste aktivitātē ir sekmējusi mācīšanos demokrātijai, piemēram, ieklausīšanos atšķirīgos viedokļos, saziņu bez vērtēšanas, savstarpējas izpratnes veidošanu un dažādu estētisko un ķermenisko pieeju izmantošanu mācīšanās atbalstam.

Ja dalībnieki izvēlas veidot kopīgu kolāžu, rodas iespējas sadarboties demokrātiski, nodrošinot, ka ikviens var līdzvērtīgi iesaistīties un ka ikviena ieguldījums tiek novērtēts.