

# Tapatybė - įvadas

Sveiki. Mano vardas ir pavardė - Dr. Lyndsey Bakewell, esu De Montforto universiteto vyresnioji dėstytoja ir programos vadovė. Creativity projekte parengiau seminarą apie tapatybę. Šio seminaro tikslas - ištirti savo asmeninę tapatybę ir pagalvoti apie tai, kaip atpažįstame savo įgūdžius ir gebėjimus ir kaip galėtume juos panaudoti išorėje, norėdami įstoti į aukštąją mokyklą, susirasti darbą ar tiesiog apskritai bendrauti su kitais žmonėmis. Šiame seminare atliekami trys skirtingi užsiėmimai, kurie padės jums suprasti save ir kitus. Šiam seminarui reikės trijų daiktų. Idealiu atveju, jei dirbate su mokinių grupe, nereikia jų įspėti, kad jiems prireiks šių daiktų, jie juos susiras savo krepšyje. Tačiau jei manote, kad jiems būtų naudinga į dirbtuves atsinešti tris jiems svarbius daiktus, tuomet viskas gerai, praneškite jiems apie tai iš anksto. Jiems taip pat reikia turėti porą batų, paprastai visi juos avi, taigi viskas turėtų būti gerai. Jiems taip pat reikia turėti vaizdo kamerą. Tai leis jiems įrašyti savo darbą, jį žiūrėti ir perklaudyti. Jei jie neturi vaizdo kameros, visiškai pakaks tiesiog garso įrašymo įrenginio. Šį seminarą galima rengti bet kur. Jį galima rengti atviroje erdvėje, namuose, klasėje, bet kur, ir jį galima rengti individualiai arba grupėje. Svarbu, kad mokiniai turėtų erdvę, kurioje jaustųsi saugiai ir patogiai, kur jie žino, kad iš jų nebus juokiamasi, kur jie galės laisvai kalbėti ir nevaržomai tyrinėti save. Jums, kaip tarpininkui, svarbu žinoti, kaip sukurti tokią erdvę. Gali būti, kad jums reikės nustatyti tam tikras taisykles savo mokiniams, jei jie yra naujokai arba jei jaučiate, kad galbūt jie per gerai pažįsta vieni kitus ir gali kilti pagunda juokauti vieniems apie kitus. Arba galite jausti, kad iš tikrųjų su šia grupe dirbate jau labai seniai ir įgijote tikrai didelį pasitikėjimą. Tokiu atveju vis tiek pravartu atkreipti mokinių dėmesį į tai, kad ketiname tyrinėti savo tapatybę ir kad kiekvieno žmogaus savosios tapatybės ir savojo "aš" tyrinėjimas yra šventas ir svarbus, ir kad mes neturime į tai kištis ar trukdyti. Tai, kas vyksta šiame kambaryje, lieka šiame kambaryje. Šiuo posakiu mėgstu vadovautis vesdama šį seminarą ir manau, kad jis yra svarbus kuriant saugią erdvę mokiniams. Užsiėmimo pradžioje galite skirti 5-10 min. saugiai erdvei sukurti. Pirmasis šio seminaro užsiėmimas taip pat leis jums ją sukurti, bet jei manote, kad norėtumėte juos supažindinti iš anksto, padarykite tai prieš pradėdami pirmąjį užsiėmimą. Kai ją sukursite, pirmąją veiklą rasite kitame vaizdo įrašė. Šiame seminare yra trys pagrindiniai mokymosi rezultatai. Pirmasis - mokiniai geriau supranta save ir savo tapatybę bei turi įgūdžių, kuriais gali tai išreikšti ir tyrinėti. Antrasis - išsiugdyti įgūdžius, kurie skatina svarbius savęs, savo žinių ir įgūdžių aspektus. Mokinių skatinimas ir suteikimas jiems galimybės atpažinti tai, ką jie moka, ir reklamuoti tai kitiems yra pagrindinis šio seminaro bruožas. Ir galiausiai, šis seminaras skirtas mokyti visą gyvenimą trunkančių įgūdžių, kurie leidžia mokiniams tęsti savęs ir savo gebėjimų apmąstymo ciklą ir kurie suteikia jiems naujų įgūdžių, padedančių tyrinėti save ir toliau ieškoti, ką jie galbūt norėtų veikti ateityje.

## Tapatybė - pirmoji veikla

Pirmoji veikla yra įvadinė veikla, skirta mokiniams susikaupti, susivokti ir sukurti saugią erdvę. Pirmąją užduotį pavadinau "Kas aš esu" ir ji suskirstyta į tris dalis. Šiai užduočiai atlikti paprastai skiriu apie 30

minučių. Pirmoje dalyje kartu su grupe atlieku apšilimą. Galite paprašyti jų atsistoti ratu arba pasiskirstyti po visą erdvę, kaip jums patogiau. Šis apšilimas gali būti atviras ir laisvas, galite jam vadovauti, kaip tik norite, tačiau yra trys pagrindinės sritys, į kurias turite sutelkti dėmesį. Pirmoji iš jų - kvėpavimas. Svarbu, kad mokiniai atpažintų, kaip jie kvėpuoja natūraliai ir kaip neįprasta yra galvoti apie savo kvėpavimą, o kai apie tai galvojate, kaip sunku normaliai kvėpuoti. Antra, jūs norite, kad mokiniai tyrinėtų savo kūną. Norite sužinoti, kur jų kūne yra įtampa, ką jie gali daryti laisvai, kas riboja, ar ką nors skauda. Jie stengiasi pažinti, ką jų kūnas daro ir kaip jaučiasi. Skatinkite mokinius dirbti savo galimybių ribose, žinoti, kada sustoti ir kada atsitraukti, nelyginti savęs su niekuo kitu. Mes pažįstame savo kūną ir tai yra svarbiausia. Ir trečioji sritis - jų balsas. Jei norite, galite tai atlikti kaip vokalinį apšilimą. Dažnai susiduriu su dramos studentais, kurie niekada nėra iš tikrųjų ištyrę viso savo balso diapazono, todėl liepiu jiems išbandyti skales nuo žemos iki aukštos, bet taip pat liepiu pabandyti manipuluoti balsu. Kas nutiks, jei jie suspaus gerklę arba plačiai ją atvers? Kas nutiks, jei jie artikuliuos visa burna ar trupučiu burnos? Kas atsitinka, kai jie kalba garsiai arba tyliai? Visi šie dalykai leidžia jiems suprasti individualią savo kūno veiklą.

Kai jie baigs apšilimą, kuris trunka apie 10-15 minučių, paprašykite jų pasiimti popieriaus lapą ir rašiklį. Jie turės atsakyti į penkias užuominas, kurias jiems pateiksite. Paprašykite mokinių užrašyti pirmuosius į galvą atėjusius dalykus. Nesvarbu, kokie jie yra ir ar iš tiesų jie priklauso tai pačiai kategorijai kaip ir kas nors kitas. Tai pirmas dalykas, apie kurį jie pagalvoja, kai jiems pateikiamas šis klausimas. Pirmasis klausimas, kurį jiems užduosite, yra "Aš esu". Tai gali būti bet kas. Aš esu laimingas, aš esu liūdnas. Aš esu motina, aš esu mokytoja, aš esu mergaitė. Antrasis klausimas yra "mano vaidmenys arba darbai yra". Dabar gali tekti šiek tiek paaiškinti tai mokiniams. Mūsų vaidmenys - tai dalykai, kuriuos įkūnijame gyvenime. Pavyzdžiui, aš esu motina, dėstytoja, dukra. Taip pat esu žmona, draugė, sesuo, galiu būti daugybė įvairių dalykų. Paprašome mokinių užrašyti pirmuosius dalykus, kurie ateina į galvą galvojant apie savo darbą ir vaidmenis. Trečia, paprašote mokinių užrašyti "man patinka mano". Natūraliai galime pagalvoti "Man patinka mano veidas", "Man patinka mano balsas", "Man patinka mano plaukai" arba "Man patinka mano batai". Jei įmanoma, pasistenkite paskatinti mokinius pagalvoti ne tik apie tai, pavyzdžiui, "man patinka mano gebėjimas spręsti problemas", "man patinka mano gebėjimas užjausti žmones". Duokite mokiniams šiek tiek laiko, kad jie galėtų pradėti atidžiau ir kritiškiau mąstyti apie save. Ketvirtasis raginimas yra "Man nepatinka mano". Dabar, kaip ir trečiajame klausime, ketiname paskatinti mokinius neapsiriboti pirminiais atsakymais ir mąstyti kritiškiau. Vienas iš pavyzdžių galėtų būti toks: "man nepatinka tai, kad negaliu ateiti laiku", "man nepatinka mano nenoras išbandyti naują maistą". Kad ir kas tai būtų, paskatinkite mokinius įsigilinti į savo supratimą apie save ir pradėti mąstyti apie tai, kas jiems nepatinka. Penktasis raginimas yra "Aš nerimauju dėl savo". Paskatinkite mokinius susitelkti į pačius save ir nenukrypti į kitus žmones. Visiškai natūralu nerimauti dėl savo mamos arba dėl draugų, tačiau skatinkite mokinius, kad tai būtų susiję su jais pačiais. "Aš nerimauju dėl savo gebėjimo išlaikyti rutiną", "nerimauju dėl savo gebėjimo eiti miegoti tinkamu laiku". Kad ir kas tai būtų, paskatinkite juos pagalvoti apie save ir apie tai, dėl ko jie gali nerimauti. Kai mokiniai atsakys į visus klausimus, jie pradės kurti spektaklį iš savo atsakymų. Jei jie turi po kelis atsakymus į kiekvieną klausimą, paprašykite, kad juos peržvelgtų ir išsirinktų tik vieną. Kol kas nesvarbu, kurį, jei norės, jie visada galės grįžti ir pakartoti užduotį. Pasirinkę po vieną atsakymą į kiekvieną klausimą, jie sukurs veiksmą, kuris atspindės tą atsakymą. Pavyzdžiui, jei jie pasirinko "esu stiprus", jie gali pasirinkti atlikti veiksmą, kuris simbolizuoja stiprybę. Tada jie sukuria veiksmą, kuris atspindi atsakymą į "mano

vaidmenys yra" ir t.t., kol turės penkis veiksmus, kuriuos galės atlikti vieną po kito. Tai atlikę, jie užbaigia pirmąją veiklą.

Jei dirbate vieni, apšilimą galite atlikti patys. Įsitikinkite, kad galvojate apie savo kvėpavimą, balsą ir kūną. Tada atsakykite į šiuos klausimus, atsižvelkite į raginimus ir sukurkite veiksmus. Galbūt norėsite tuos veiksmus įrašyti, kad galėtumėte juos peržiūrėti. Kai tai atliksite, pereikite prie trečiojo vaizdo įrašo, kuriame rasite antrąją užduotį.

## Antroji tapatybės veikla

Antroji šio seminaro veikla vyksta skirtingai, jei dirbate grupėje arba individualiai. Pirmiausia paaškinsiu grupės veiklą, o tada pateiksiu instrukcijas, jei dirbate individualiai. Antrasis užsiėmimas vadinasi "Tapti kitu". Kartu su mokinių grupe pastatykite kėdžių ratą, visos kėdės turėtų būti atsuktos į išorę, kad mokiniai stovėtų nugara vienas į kitą ir liestųsi petys į petį. Kol statysite kėdes, paprašykite mokinių nueiti ir apsiauti batus, jei juos nusiavė, ir surasti tris daiktus savo krepšyje. Nesuteikite jiems per daug detalių, tiesiog paprašykite, kad jie nueitų ir pasiimtų tris daiktus, kurie, jų manymu, ką nors apie juos pasako. Tai gali būti bet kokie daiktai. Grįžę į ratą jie turėtų išsirinkti kėdę ir atsisėsti ant jos su savo daiktais rankose ir batais ant kojų. Kai visa grupė atsisės, paprašykite, kad jie tris minutes pagalvotų apie savo rankose laikomus daiktus. Paskatinkite juos pajusti šiuos daiktus, užuosti jų kvapą, pagalvoti apie tai, ką jie jaučia, kai juos liečia. Ką jie jiems reiškia? Iš kur jie juos gavo, iš kur jie atsirado? Kodėl jie jiems svarbūs? Bus naudinga duoti mokiniams ženklą, kad po minutės jie galėtų pereiti prie antrojo objekto, kad kiekvienas objektas būtų tyrinėjamas vienodą laiką. Paskatinkite mokinius iš tikrųjų pagalvoti, ką šie objektai reiškia ir kaip jie apibūdina jų tapatybę. Pasibaigus trims minutėms, paprašykite mokinių nusiauti batus ir padėti juos ant grindų. Paprašykite jų atsistoti, apsisukti ir vieną po kito padėti daiktus ant kėdės. Dėdami kiekvieną daiktą jie turėtų pagalvoti, kaip tas daiktas atspindi jų tapatybę. Kai daiktai bus padėti ant kėdės, liepkite mokiniams pagalvoti, kaip šių daiktų padėjimas ant žemės yra tarsi savo tapatybės dalies palikimas. Dėdami daiktus ant kėdės, jie praranda tą savo dalį. Kai visi trys daiktai bus ant kėdės, mokiniai turėtų atsistoti ir palaukti, kol likusi grupė baigs. Kai grupė baigs dėti daiktus ir visi jų batai bus ant grindų, paprašykite mokinių apeiti aplink kėdžių ratą. Jie turėtų nueiti ir susirasti kitą kėdę, ant kurios norėtų atsisėsti. Jie neprivalo to daryti eilės tvarka, gali apeiti visą erdvę, gali aplenkti žmones, gali pasirinkti bet kurią kitą kėdę. Tačiau jie turėtų eiti ir susirasti kitą kėdę, o ne sėdėti ant savo kėdės. Kai visi mokiniai suranda naują kėdę, paprašykite jų paeiliui pakelti tris daiktus. Tada jie gali atsisėsti ant kėdės ir įkišti kojas į batus. Tikriausiai pamatysite, kad pasigirs klyksmai, protestai, mokiniai skūsis, kad nenori kišti kojų į svetimus batus. Tai visiškai normalu, ir tai turėtume apmąstyti kaip grupę, kai baigsime šią veiklą. Yra kažkas labai svarbaus, kai mes įsikūnijame į kitą žmogų arba patiriame kažką iš kito žmogaus perspektyvos, todėl įkišdami kojas į tuos batus mes beveik tarsi vaikštome arba taip pat patiriame gyvenimą, o tai padeda mums suprasti savo tapatybę ir tai, kaip žmonės išoriškai patiria mūsų tapatybę. Taigi nesijaudinkite, jei taip nutiks. Tiesiog leiskite tam įvykti. Palaukite akimirką ir tęskite veiklą. Kai visi susėda, nurimsta ir patogiai įsitaiso, paprašykite mokinių pažvelgti į šiuos objektus, pajusti juos. Jie nebūtinai turi galvoti apie tai, ką šie daiktai galėtų reikšti kam nors kitam, bet turėtų pagalvoti, ką reikštų, jei šis daiktas būtų svarbus jiems? Pavyzdžiui, jei paimčiau ausines, kurias turi kažkas kitas, galėčiau pradėti galvoti: "jei jas turėčiau, muzika man būtų labai svarbi, tai galėtų būti kažkas, kuo aš vadovaujuosi, ir tai galėtų būti būdas, kuriuo suprasčiau

savo nuotaikas ar išgyvenimus". Taigi galėčiau pagalvoti, kokia svarbi man šiuo metu yra muzika. Ir ar tai yra kažkas, ką man reikia apmąstyti per savo tapatybę. Vėl leiskite mokiniams 3 minutes patyrinti ir apgalvoti kiekvieną iš šių skirtingų daiktų. Vėlgi, mokiniams labai praverstų laiko signalas po kiekvienos minutės. Po tų 3 minučių paprašykite mokinių ištraukti kojas iš šių batų ir atsargiai padėti daiktus atgal ant kėdės. Tada jie turėtų pasivaikščioti, susirasti savo kėdę ir vėl atsisėsti. Kai visi mokiniai atsisės, duokite jiems porą minučių grįžti į save ir pagalvoti, kas ką tik įvyko ir ką jie sužinojo apie save ir savo tapatybę. Davę mokiniams porą minučių tai padaryti, paskatinkite diskusiją. Skirkite maždaug 10-15 minučių, kad mokiniai galėtų papasakoti, ką jie galvoja apie šią veiklą. Koks jausmas buvo palikti dalelę savęs, palikti svarbius daiktus, turėti kažkieno kito kojas savo batuose, savo kojas kažkieno kito batuose, galvoti apie kitų žmonių daiktų priėmimą į savo tapatybę. Šitaip pakreipiant diskusiją, mokiniai gali suprasti, kokį procesą jie ką tik išgyveno, ir pagalvoti, kurias ką tik apie save sužinotų dalykų dalis jie norėtų pritaikyti kitoje veikloje.

Jei dirbate vienas, šią veiklą taip pat galite atlikti, tačiau prieš pradėdami turite šiek tiek pasiruošti. Jums reikia trijų savo daiktų, o taip pat reikia trijų daiktų ir poros batų iš ko nors kito. Jei dirbate namie, nedvejodami paimkite šeimos narių daiktus. Jei dirbate su draugais, paklauskite jų, ar galite pasiskolinti kelis daiktus ir jų batus, o tada atsitraukite ir atlikite tai patys. Bet kuriuo atveju pasirūpinkite, kad turėtumėte savo ir kieno nors kito objektų, kuriuos galite tyrinėti, ir telefone nustatykite sau laikmačius, kad žinotumėte, kiek laiko turite dirbti su šiais daiktais. Vėlgi, pabaigoje pereikite šį refleksijos procesą. Ką sužinojote apie save? Kas jums patiko apie tai, ką sužinojote, ir kaip galėtumėte mąstyti ir panaudoti tai ateityje? Baigę šį procesą, baigėte antrąją veiklą. Trečiąją veiklą rasite ketvirtajame vaizdo įrašė.

## Tapatybė - Trečioji veikla

Trečioje ir paskutinėje šio seminaro užduotyje surinkta medžiaga iš kitų dviejų užduočių, ji sujungiamą ir pateikiama taip, kad būtų prieinama kitiems žmonėms. Taigi pirmiausia reikia paskatinti mokinius pagalvoti apie tuos tris daiktus, kuriuos jie pasirinko ir kurie jiems buvo svarbūs, ir sugalvoti prisiminimą, susijusį su vienu ar keliais iš šių daiktų. Tai gali būti tolimas prisiminimas, gali būti ir visai nesenas. Tai nesvarbu, jei tik tai yra kažkas, kas jiems nutiko. Jei jų daiktai nėra tiek reikšmingi, suteikite mokiniams laisvę ir galimybę pasirinkti bet kokį prisiminimą. Tokio daiktų panaudojimo siekiant sukelti šiuos prisiminimus tikslas - susiaurinti lauką, iš kurio jie gali rinktis, ir taip pagreitinti veiklą. Tačiau jei mokiniams tai pasirodo problemiška, tada jie gali visiškai laisvai pasirinkti bet kokį norimą prisiminimą. Tuomet paprašykite jų kelias akimirkas pamąstyti apie tą prisiminimą. Kas nutiko? Kaip galėtumėte tą istoriją papasakoti kam nors kitam? Skyrę jiems laiko, paprašykite jų vėl paimti popieriaus lapą ir rašiklį ir užrašyti tą prisiminimą. Naudinga apriboti šiai veiklai skirtą laiką ir erdvę. Idealu mokiniams skirti maždaug 3-5 minutes. Tai reiškia, kad jie parašys apie 200 žodžių, o tai yra tinkamas žodžių kiekis ir geras scenarijus darbui. Pasistenkite paskatinti mokinius per daug nesijaudinti dėl to, ką jie rašo. Tegul tiesiog parašo istoriją nuo pradžios iki pabaigos. Po kurio laiko jie galės ją redaguoti, bet kol kas mes tiesiog užrašome ją ant lapo tokią, kokią jie prisimena. Kai mokiniai turės savo istoriją, tai bus jų scenarijus. Paprašykite jų perskaityti jį du ar tris kartus, kad su juo susipažintų. Kai jie jausis patogiai su scenarijumi, paprašykite jų pabandyti jį perskaityti ir atlikti veiksmus, kuriuos jie nustatė per pirmąją veiklą. Taigi penkis veiksmus, kuriais atsakė į penkias užuominas, turėtų atlikti skaitydami savo scenarijų. Jie gali nuspręsti atlikti veiksmus tik vieną kartą, o gali nuspręsti juos atlikti greičiau ir atlikti

kelis kartus, tai nesvarbu. Tuo siekiama, kad mokiniai pagalvotų, kaip jie anksčiau galvojo apie save, ir veiksmai, kuriuos jie taikė, galėtų veikti kartu su prisiminimais apie save. Suteikite mokiniams 5-6min. su tuo pažaisti, išbandyti. Tai nėra tai, ką jie atlieka grupei. Taigi liepkite jiems apie tai mąstyti laisvai ir kūrybiškai ir per daug dėl to nesijaudinti.

Kita šios veiklos dalis - sukurti scenarijaus įrašą. Paprašykite, kad jie pasiimtų savo mobiliuosius telefonus arba garso įrašymo įrenginius, jei juos turi. Viskas, ką jie turi padaryti, tai įrašyti savo balsą į telefoną. Jei nori, jie gali tai padaryti kaip vaizdo įrašą. Tačiau tai paprastai blaško dėmesį. Todėl, jei įmanoma, skatinkite juos tiesiog įrašyti savo balsą. Jie tiesiog perskaitys istoriją nuo pradžios iki galo. Per daug nesijaudinkite dėl pateikimo būdo, o jei suklydote, išsaugokite tuos fragmentus, jie netrukus pravers. Kai turėsite šį garso įrašą, paprašykite mokinių perklausyti jį keletą kartų, atkreipdami dėmesį į tai, kur jie daro pauzes, kur suklumpa, kaip sako tam tikrus dalykus. Tai svarbu trečiajai šios veiklos daliai.

Trečioji šios veiklos dalis - lūpų sinchronizavimas. Tai tikrai įdomi atlikimo technika, dažnai sutinkama kabareto scenose. Ji leidžia žmogui įkūnyti kito žmogaus balsą. Dabar įdomu tai, kad mokiniai ketina įkūnyti savo pačių balsus. Taigi, kai jie porą kartų perklausys savo garso įrašą, paprašykite, kad pabandytų lūpomis nebyliai ištarti tai, ką jie sako. Jie sinchronizuoja lūpas su savimi. Joks garsas neturėtų sklįsti iš jų pačių burnos, tik iš įrašo. Jie turėtų stengtis, kad jų burnos judesiai sutaptų su įrašu telefone. Kai mokiniai turės laiko tai išbandyti ir manys, kad jiems tai pavyko, paprašykite jų tai daryti kartu su veiksmais. Taigi dabar jie turi atlikti tris veiksmus. Jie įkūnija save be garso, turi savo pasakojimo įrašą ir fiziškai atlieka veiksmus, kurie, jų manymu, reprezentuoja juos pačius. Skirkite jiems 5-10 min., kad jie galėtų su tuo pažaisti. Galbūt jie norės parodyti vienas kitam, tai neturi būti tobula. Mes nesiekiame galutinio tobulo rezultato. Mes tiesiog norime, kad jie tyrinėtų save ir savo tapatybę ir pamatytų, kas iš to išeis. Kai mokiniai turės galimybę pažaisti su lūpų sinchronizacija, pažiūrėkite, ar kas nors nori pasirodyti likusiems grupės nariams. Bet koku atveju gerai, kad mokiniai apmąstytų procesą. Kas nutiko, kai jų atliekamas veiksmas neatitiko to, ką jie sakė? Kas nutiko, kai jų lūpų sinchronizavimas nesutapo su įrašu? Kas nutiko, kai jų lūpų sinchronizavimas nutrūko, nes fizinė veikla ėmė viršų? Skatinkite mokinius galvoti apie save, apie savo kūną tą akimirką ir apie tai, kaip skirtingos jų tapatybės dalys ir jų patirtis traukia viena kitą. Tai tikrai geras dalykas - paskatinti mokinius susimąstyti apie tai, kaip kasdien konstruojame save. Apie tai, kaip mes esame visaverčiai žmonės, galintys vienu metu vaikščioti, kalbėti ir mąstyti, ir apie tai, kaip iš tikrųjų tai sunku. Palengvindami šią diskusiją, taip pat galite aptarti su mokiniiais konkrečius jų įgūdžius. Gali būti, kad kai kurie mokiniai tikrai greitai mąsto ir geba spręsti problemas akimirksniu. Ši konkreči dalis apie juos yra tikrai svarbus įgūdis, kurį jie galbūt norės stiprinti ateityje. Be to, tai tikrai puiki proga paskatinti mokinius pagalvoti apie tai, kaip jie apmąsto ir fiksuoja savo mokymąsi. Yra penktasis vaizdo įrašas, kuriame tai aptariama išsamiau. Jei šią veiklą atliekate vieni, veiklą galite atlikti tiksliai taip, kaip aprašyta. Vienintelis skirtumas, kurį siūlyčiau, - įrašykite savo galutinį pasirodymą, kad galėtumėte jį peržiūrėti. Pažiūrėkite, kas vyksta. Ką manote apie šį pasirodymą? Ką sužinojote apie save ir kaip galėtumėte tai panaudoti ateityje?

## Tapatybės portfelio įrodymai

Atsižvelgiant į šio seminaro pobūdį, man atrodo, kad būtų tikrai puiki idėja paskatinti mokinius sukurti ką nors vaizdinio ar garsinio, kas būtų jų darbų portfolio dalis. Jie galėtų padaryti savo pasirodymo vaizdo įrašą. Jie galėtų sukurti garso podkastą. Jie galėtų pabandyti sukurti koliažą iš įvairių savo pasirodymo aspektų. Bet kokiu atveju, vaizdinė ir garsinė medžiaga čia iš tiesų byloja apie tuos įgūdžius, kuriuos mokiniai išsiugdė. Šiame seminare tikrai buvo ugdomi jų kritinio mąstymo apie savęs supratimą įgūdžiai. Taigi, galbūt paprašykite jų dar kartą atsakyti į šiuos penkis klausimus, kai jie atsakinėja į savo aplanką. Kas aš esu? Kas aš esu vaidmuo? Kas man patinka ir kas man nepatinka? Kas man kelia nerimą? Ar atsakymai skiriasi? Jei taip, tai reikia būtinai tai užfiksuoti, nes mokiniams tai rodo tobulėjimą ir pokyčių kelią. Šie įgūdžiai labai svarbūs darbdaviams ir švietimo įstaigoms.