

**GRUPÈ  
MODERATORIUS  
PATIRTIS**

## Būti moderatoriumi, tai...?

- Atsiliepti į Kristaus kvietimą „Sek paskui mane...“
- Būti tarnaujančiu lyderiu
- Kalbėti, klausyti, išgirsti savo bendruomenės žmones
- Būti realybę atspindinčiu laidininku
- Būti tikėjimo liudytoju
- Kurti, vienyti ir ugdyti (tikėjimo) bendruomenę
- Drąsiai svajoti apie Bažnyčią
- Atpažinti Šv. Dvasios dvelksmą
- ...



# EMOCINIAI POREIKIAI

SAUGUMAS

PRIĖMIMAS

PATVIRTINIMAS

# GRUPĖS SAVYBĖS

Emocinė reguliacija

Įtraukimas

Mokymasis grupėje

Emocinis katarsis

Priklausymas grupei

Grupės dinamika

# GRUPĖS TAISYKLĖS

- Kalbėti po vieną ir nuo savęs „Aš manau“ ....., o ne „visa visuomenė, žmonija“.
- Kalbėti apie save (mintys, jausmai, svajonės), o ne apie grupėje nesančius.
- Kalbėti į temą, o ne apie orą, turgų, šventes.
- Nepertraukti kalbančiojo.
- Klausti ir pasitikslinti, tik baigus kalbėti.
- Nekritikuoti, nemoralizuoti, nesistebėti, kiekvieno nuomonė - svarbi.
- Laikytis laiko ir fizinių ribų.

# VAIDMENYS GRUPĖJE

Žvaigždė

Kalbėtojas

Neformalus  
Lyderis

Opozicija

Balta Varna

Kiti

- Kas vyksta?
- Ką matai?
- Ką jauti?
- Ką ketini daryti?

# SUNKUMAI

- Mažas atsparumas kritikai (konfrontacijai).
- Nuvertinimo baimė.
- Jautrumas kitų nuomonei.
- Priklausomas nuo pozityvumo ar komplimentų.
- Atviro dėmesio vengimas.
- Noras susilieti su aplinka, „būti kaip visi“.



# GERAS KLAUSYTOJAS

- Pauzės
- Aklas
- Lėtas
- Nuolankus

# MODERATORIAUS KOMPETENCIJOS

- **Platus požiūris, ne tik asmeninė nuomonė.**
- **Tarpasmeniniai įgūdžiai:**
  1. Gebėjimas matyti procesą, ne vien idėjas ar asmenis.
  2. Geranoriškumas
  3. Dėmesingumas
  4. Empatija
  5. Asertyvumas
- **Komunikavimo įgūdžiai.**
  1. Gebėjimas palaikyti pokalbio kryptį ir tikslą
  2. Klausimų formulavimas.
  3. Aktyvus klausymas

# ASERTYVUMO IŠRAIŠKOS

ASSERTIVE – ATKAKLUS, TEIGIA SAVO NUOMONĖ, IŠREIŠKIA POREIKIUS, SU PAGARBA SAU IR KITIEMS.

- **Pozityvios**

- Patvirtinti ir sutikti
- Įvertinti ir apdovanoti
- Padrąsinti ir palaikyti
- Teigiamas grįžtamasis ryšys
- Komplimentai

## Negatyvios

Atsisakymas (ne....., aš norėčiau)  
Kritika (jūs išnaudojote savo  
laiką) remiasi taisyklėmis.  
Problemų ir konfliktų  
sprendimas

# MODERATORIAUS UŽDUOTYS POKALBIS GRUPĖJE

## 1. Sukurkite jaukią aplinką:

- tinkama patalpa/erdvė, šiluma, apšvietimas,
- sėdėjimo tvarka, vizualios priemonės,
- moderatoriaus prisistatymas, dalyvių susipažinimas

## 2. Pristatykite susitikimo/pokalbio eigą:

- koks susitikimo tikslas,
- kokia numatoma trukmė,
- kokia susitikimo eiga (programa).

## 3. Moderuokite susitikimą/pokalbj:

- kalbėti po vieną, stebėti laiką.
- padarykite perėjimus nuo vienos dalies prie kitos, stebėkite, kad pokalbyje pasisakytų visi dalyviai,
- aktyvius kalbėtojus ribokite, pasyvius padrąsinkite,
- stebėkite, kad būtų laikomasi temos, nukrypiusius „gražinkite atgal“.

## 4. Užbaikite susitikimą/pokalbj:

- trumpai priminkite, kas buvo nuveikta,
- paprašykite trumpai pasidalinti svarbiausia mintimi,
- pristatykite kito susitikimo datą ir temą.

- **Sunkios situacijos, nukrypimas nuo temos ir kt.**
- **I. Priminti taisykles ( kalbame po vieną....., kalbėkite apie save....., kaip tai susiję su tema.....)**
- Nepradėkite kalbos tol, kol iki galo nesuvokiate savo ketinimų.
- Kad ir kaip bandytumėte reaguoti ramiai, daugelyje pokalbių neišvengsite jausmų pikų. Būtų gerai, jeigu būtumėte iš anksto įsivardinę, kokiose situacijose reaguojate aščiau, ką jos jums primena ir padėtųumėte savo reakciją į šoną.
- **Geri klausimai sau:** Į kokius dirgiklius reaguojate – kur jūsų *mygtukai*? Kokias patirtis, istorijas gali užkabinti šis pokalbis? Kaip norėtumėte reaguoti, kad nebūtų pasekmių? Jeigu jums nepatinka pašnekovas, pokalbio metu ieškosite ženklų patvirtinančių jūsų išankstinį nusistatymą ir būtent tai apsunkins jūsų pokalbį. Duokite tam žmogui *kreditą* – padėkite išankstines nuostatas tiek apie jį, tiek apie būsimą pokalbį į šoną.
- **Geriausias saugumas – nevertinimas ir nekaltinimas.** Būkite naivūs ir tyrinėkite. Būkite smalsūs. Klausykite. Nepertraukite. Siekite suprasti kitą žmogų ir tyrinėkite savo savijautą.

# REFLEKSIJA

- Kokia vyravo emocinė nuotaika grupėje?
- Kokią viltį išsinešu?
- Kame randu ramybę?
- Kokia vyraujanti mintis?
- Koks vyraujantis jausmas?
- Kokiais pasidalintais žodžiais, mintimis aprašyčiau kalbėtą temą?
- Kas buvo sunku?
- Ko išmokau?