

***BENDRAVIMO MENO  
IR  
BENDRADARBIAVIMO  
UGDYMO  
METODIKA***

*Tikslinė grupė: jaunimo organizacijos „Lukšiečiai“  
atstovai*

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

KAUNAS 2011



**PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113**

Metodinę medžiagą parengė:

Asociacija „Teisėtvarka“  
VšĮ „Vaikų linija“



*Negaišk laiko patyčioms! Tu gali KURTI*



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### TURINYS

Įvadas .....	4
Metodinės medžiagos tikslas .....	4
Metodinės medžiagos uždaviniai .....	4
Metodinės medžiagos žodynelis .....	5
Bendroji dalis .....	6
Nežodinė komunikacija.....	7
Kaip teisingai klausytis? .....	10
Stereotipai ir išankstinės nuostatos .....	14
Konflikcinės situacijos ir jų sprendimas.....	16
Literatūros sąrašas.....	19
PRIEDAS .....	20

## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Ivadas

Bendravimas – tai neatsiejama kiekvieno iš mūsų kasdienio gyvenimo dalis. Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad bendravimas yra labai įprastas ir natūralus žmogui dalykas, todėl nieko ypatingo ar sudėtingo čia nėra – juk kiekvieną dieną tenka kalbėtis su žmonėmis, jų klausytis, diskutuoti ir pan. Tačiau pažvelgus atidžiau, tikriausiai prisiminsime, jog susiduriame ir su tam tikrais bendravimo sunkumais.

Tikrai kiekvienam yra tekę girdėti ar pačiam pajauti, kad su kažkuo nepavyko susikalbėti, įvyko nesusipratimas, kitas „ne taip suprato“ ir pan. Taigi, bendraudami su kitais, ne visada žinome kaip apeiti tokias „komunikacijos kliūtis“ kaip nesusipratimas ar nesusikalbėjimas, bei kokiais būdais galima tobulinti savo bendravimo įgūdžius.

*Kaip tinkamai perduoti informaciją? Kaip sudominti pašnekovą? Kaip bendrauti, kuomet atsiranda nuomonių skirtumai ar iškyla konfliktas?* – apie visus šiuos sėkmingo bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius skaitykite metodinėje medžiagoje.

### Metodinės medžiagos tikslas

Metodinė medžiaga yra skirta jaunimo organizacijos „Lukšiečiai“ atstovams, kurios tikslas yra supažindinti vyresnių klasių mokinius su efektyvaus bendravimo ypatumais.

### Metodinės medžiagos uždaviniai

- suteikti žinių apie žodinį ir nežodinį bendravimą;
- suteikti žinių apie aktyvų klausymąsi;
- mokyti pasakyti grįžtamąjį ryšį;
- supažindinti su stereotipo sąvoka ir išmokyti atpažinti stereotipinį mąstymą bendravime;



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

- e. suteikti žinių apie konflikto atsiradimo priežastis ir konfliktinių situacijų sprendimą.

### Metodinės medžiagos žodynėlis

**Bendravimas** apima dviejų ar daugiau žmonių tarpusavio suvokimą, keitimąsi informacija, sąveiką ir santykius (Almonaitienė J. ir kt., 2007).

**Nežodinis bendravimas** arba **kūno kalba** - tai kūno komunikacijos forma, išreikšta nesąmoningais gestais ir pozomis (The International Webster's Comprehensive Dictionary of the English language, 1998).

**Konfliktas** – tai priešingų tikslų, interesų, pozicijų, nuomonių ar požiūrių susidūrimas, rimti nesutarimai, kurių metu žmogų užvaldo nemalonūs jausmai arba išgyvenimai (Almonaitienė J. ir kt., 2007).

**Bendradarbiavimas** – tai darbas kartu siekiant bendro tikslo (Butkienė G., Kepalaitė A., 1996). Bendradarbiavimui nepakanka tiesiog dirbti kartu, dar viena bendradarbiavimo sąlyga – pasirengimas paremti ir padėti kitiems grupės nariams.

**Grižtamasis ryšys** – atgalinis ryšys, atsiliepinimas apie mus, mūsų darbą, bendravimą, išvaizdą ir kt.

**Empatija** - yra gebėjimas įsijausti į kito padėtį, emocinę būseną. Gebėjimas pažiūrėti į situaciją kito žmogaus akimis.

**Stereotipas** susideda iš įsitikinimų ar minčių apie tam tikrą žmonių grupę. Tai yra visuma bruožų, kuriais apibūdinama tam tikra žmonių grupė kalbant apie jo elgesį, įpročius ir pan. (Brander P. ir kt., 2007).

**Išankstinė nuostata** yra nuomonė, kurią susidarome apie kitą žmogų ar kitus žmones gera jų nepažinodami (Brander P. ir kt., 2007).



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Bendroji dalis

Bendravimas yra neatsiejama mūsų gyvenimo dalis. Tik bendraudami su kitais galime mokytis, tobulėti, augti.

Bendravimo ypatumus lemia mūsų bruožai (pvz., mėgstame paplepėti arba esame užsidarę savyje) bei pašnekovų skirtumai (pvz., jų statusas, galia). Bendravimas su skirtingais žmonėmis vyksta skirtingai, pvz., vienaip mes kalbame su bendraklasiais ir dažnai kitaip šnekame su klasės auklėtoju, kitais suaugusiais, mažiau pažįstamais žmonėmis. Taip pat labai svarbūs yra mūsų lūkesčiai, t.y. ko mes tikimės iš bendravimo. Jeigu mums nesinori su žmogumi susidraugauti, tuomet mažiau stengsimės atidžiai jo klausytis. Tuo tarpu norėdami susibičiulianti, patikti pašnekovui – būsimė dėmesingi ir atidūs klausytojai.

Paprastai visuomet su mums patinkančiu, mielu žmogumi bendrauti yra lengviau ir maloniau. Tačiau gyvenime būna situacijų, kuomet tenka bendrauti su nemaloniais arba mažai pažįstamais žmonėmis, su kuriais nesiekiame draugystės. Pavyzdžiui, reikia dalyvauti bendrame projekte ir atlikti kai kuriuos darbus kartu su mokiniais iš kitos klasės. Atliekant bendrą darbą reikia mokėti bendradarbiauti. O dirbti bendradarbiaujant nėra lengva – tenka priimti kito skirtumus, kito nuomonę, gebėti išklaudyti, taip pat mokėti išsakyti savo nuomonę, neįžeidžiant kitų. Taigi mokėjimas efektyviai bendrauti yra vienas esminių įgūdžių, padedančių gyvenime ne tik susirasti draugų, bet sėkmingai mokytis, o ateityje - dirbti.

Metodinėje medžiagoje galima rasti pagrindinę informaciją apie efektyvų bendravimą, rekomendacijas, kaip galima tapti geresniais klausytojais ir pašnekovais. Ši informacija gali būti naudinga gyvenime bendraujant su artimaisiais, pažįstamais ir nepažįstamais žmonėmis mokykloje, namuose ar kieme.

## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Nežodinė komunikacija

#### Praktinis uždavinys

**Pratimas „Mimikų grandinė“.** Tai imitacinis pratimas, paremtas mimikomis, skirtas paaiškinti kas yra nežodinė komunikacija.

*Trukmė: 20 min. (žr. prieduose).*

Šiais laikais bendravimas gali vykti įvairiausiais būdais ir įvairių galimybių skaičius vis auga: galime kalbėtis tarpusavyje telefonu, susirašinėti SMS žinutėmis, rašyti vienas kitam laiškus ir ne tik popierinius bet ir elektroninius, burtis pokalbio kambariuose ir kt. Tačiau bendravimas yra ne tik kalbėjimasis arba informacijos perdavimas vienas kitam. Kitaip tariant, komunikacija vyksta ne tik žodžiu, mes bendraujame ir savo kūnu. Toks bendravimas vadinasi *nežodiniu (neverbaliniu)*.

Mūsų kūno kalba dažnai gali pasakyti daugiau negu mes išreiškiame žodžiais: gali išduoti mūsų jausmus, pvz., susirūpinimą, arba atskleisti kada meluojame.

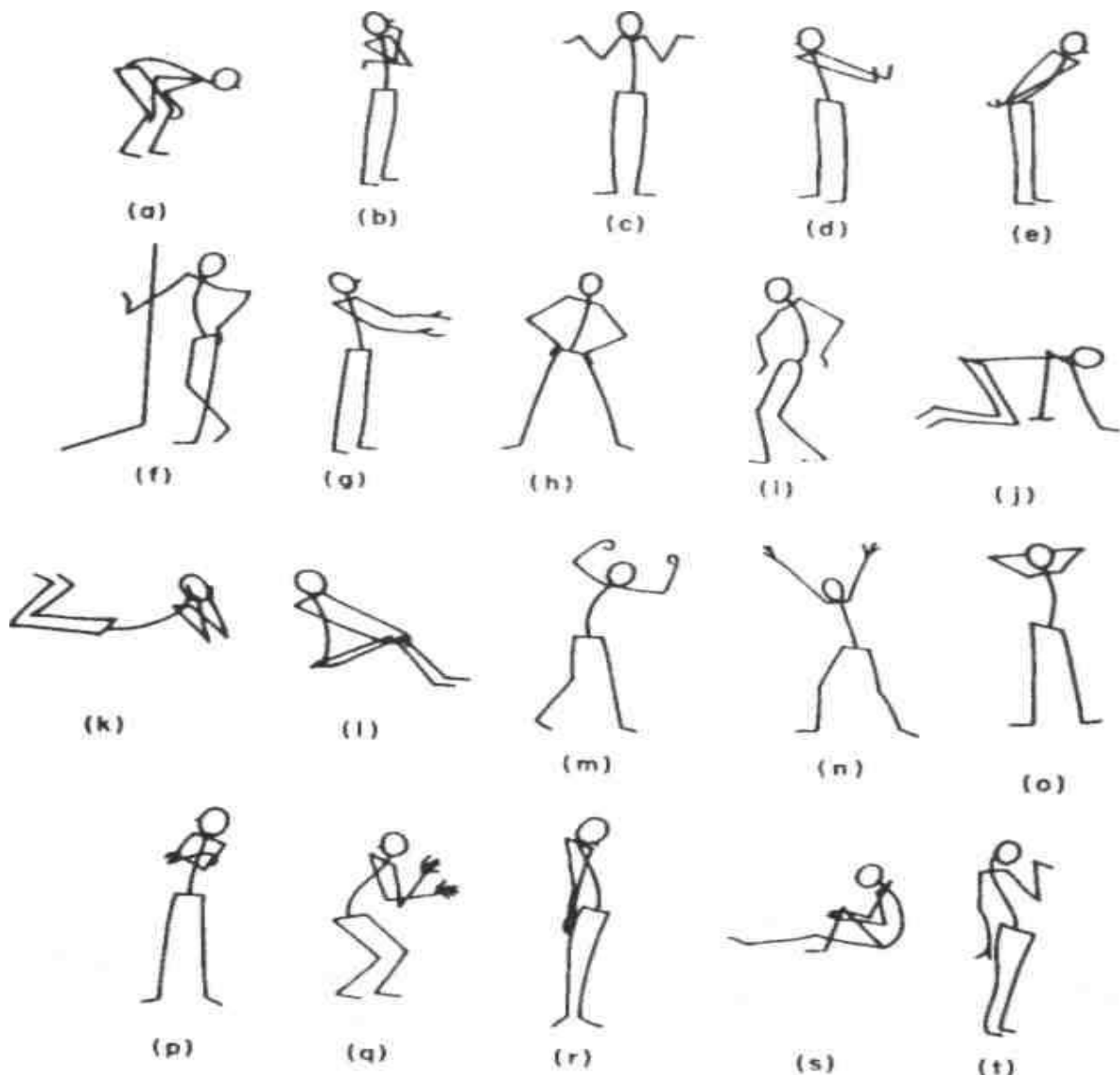
Nežodiniame bendravime yra svarbūs:

- a. *Veido išraiška.* Kartais veido išraiška parodo priešingą informaciją nei mes sakome. Pvz., galime sakyti, kad esame laimingi, tačiau akys ir palinkę į apačią lūpų kampučiai išduoda, jog liūdime. Arba bandome parodyti pašnekovui, jog mums įdomu, ką jis pasakoja, bet tuo pačiu žiūrime pro langą, kas rodo, jog nuobodžiaujame.
- b. *Žvilgsnis.* Jeigu norime parodyti kitam, kad jis mums rūpi, turime žiūrėti į akis – tai vienas dėmesingumo požymių.
- c. *Gestai.* Gestų gali būti įvairių, pvz., mojavimas kumščiu reiškia pykčio išreiškimą, rankų sukryžavimas rodo nerimą, susirūpinimą ar prieštaravimą, o kai žiovaujame galima suprasti, kad nuobodžiaujame.

**PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113**

d. *Poza*. Autorių G. Rosenberg ir J. Langer sudarytas pavyzdys leidžia susipažinti su skirtingomis kūno pozomis (cit. pagal Almonaitienė J. ir kt., 2007).

**Pabandykime atspėti, ką reiškia šios pozos:**







## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Atsakymai:

- a) smalsus
- b) abejojantis
- c) neutralus
- d) nepripažįstantis, atsisakantis
- e) stebintis
- f) patenkintas savimi
- g) nuoširdžiai priimantis
- h) ryžtingas, apribojantis
- i) slaptas
- j) ieškantis
- k) stebintis
- l) atidus, rūpestingas
- m) piktas, įtūžęs
- n) sujaudintas
- o) įsitempęs
- p) nustebęs, įtarus
- q) niekšiškas
- r) drovus
- s) mažstantis
- t) apsimetantis

Taigi, bendraudami turime būti dėmesingi kitų neverbaliniams ženkliams bei nepamiršti savo kūno kalbos. Ypatingai svarbu stebėti savo kūno kalbą, kuomet stengiamės palaikyti dialogą, parodyti, kad girdime kitą. Rodome dėmesį kitam, kai žiūrime pašnekovui į akis, palinkstame arčiau, linkčiojame galva, kartais atkartojame pašnekovo judesius.

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

## Kaip teisingai klausytis?

### Praktinis uždavinys

**Klausymo – nesiklausymo pratimas.** Pratimas skirtas aktyvaus klausymo svarbai atskleisti. Rekomenduojama jį daryti prieš pristatant aktyvaus klausymo teoriją.

*Trukmė: 20 min. (žr. prieduose).*

Nemokėjimas klausytis – viena pagrindinių neefektyvaus bendravimo priežasčių. Būtent tai dažnai veda į nesusipratimus, klaidas, problemas, konfliktus. Tam, kad efektyviai bendrautume, neužtenka vien klausytis, o reikia girdėti, ką sako kitas.

### Mes negirdime kito, kuomet:

- tik apsimetame, kad klausome, o patys galvojame apie kažką kitą. Pvz., ką veiksme vakare su draugais;
- domimės tik savimi, savo idėjomis ir nesirūpiname tuo, ką nori pasakyti kitas. Pvz., kitam tik pradėjus kalbėti jau galvojame ką pasakysime po jo;
- domimės tik tam tikra informacija, kuri mums reikalinga, o kitos informacijos negirdime. Kitaip tariant, negirdime to, ko nenorime išgirsti;
- esame kategoriški – „tas gerai, o tas blogai“, greitai vertiname ir nuvertiname;
- reaguojame pikta į nekaltus komentarus, nemokame priimti grįžtamojo ryšio;
- uždavinėjame klausimus, nesusijusius su aptariama tema, kas parodo, jog visiškai neklausome. Pvz., draugės, pasakojančios apie konfliktą su tėvais, klausiamo, kur ji pirko lūpdažį;
- elgiamės grubiai, nesiskaitome su kitų nuomone – „Tu sakai nesąmonę“.

## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Taigi blogas klausytojas yra tas, kuris:

- laiko save visažiniu, apsimeta, kad turi atsakymą į visus klausimus;
- nenori klausytis kritiškų minčių apie save ir iš karto grubiai reaguoja;
- linkęs viską vertinti ir nuvertinti, kas dažnai susiję su stereotipais ir išankstinėmis nuostatomis. Pvz., mokiniai nenori priimti į savo draugų ratą bei trukdo pasisakyti per pamokas naujokui, nes jis yra romų tautybės.

*Klausimas Tau: pagalvok, koks esi klausytojas?*

*Kaip dažnai nutrauki kalbantįjį?*

*Ką darai, kai Tau visai neįdomu klausytis?*

*Ar neužsisvajoji, jeigu pašnekovas kalba lėtai?*

Rekomendacijos geram klausymuisi:

- Nepertraukinėkite, tas gali sukelti susierzinimą.
- Nekeiskite pokalbio temos, atrodys, kad nenorite kalbėti apie tai, kas svarbu pašnekovui.
- Neuždavinėkite bereikalingų klausimų („netardykite“).
- Neprimeskite savo patarimų, ypač jeigu jūsų to neprašo.
- Nevertinkite prieš laiką, neskubėkite teisti, ypač kol žmogaus gerai nepažįstate.
- Klausydamiesi naudokite atvirus, skatinančius pasakoti klausimus: Kas nutiko? Kaip jautiesi? Kada dažniausiai būni nusiminęs?..

## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

- Performuluokite – pakartokite kalbėtojo pasakytą mintį savais žodžiais, tas leidžia suprasti, kad kalbėtojas yra girdimas.

Svarbu yra ne tik dėmesingai klausytis, bet ir mokėti tinkamai perduoti išgirstą informaciją. Bendraujant informacijos perdavimas kartais pavirsta žaidimu „sugedęs telefonas“, kuomet mūsų pasakymą pašnekovas supranta visiškai priešingai.

### Praktinis uždavinys

**Pratimas „Šnabždesiai“** klausymosi įgūdžių lavinimui.

*Trukmė: 40 min. (žr. prieduose).*

### Praktinis uždavinys

**Pratimas „Lego“.** Pratimas skirtas parodyti, koks svarbus klausytojo vaidmuo bendravime. Atliekant šią užduotį galima suprasti, kokį svarbų vaidmenį bendravime atlieka pasitikslinimai, perklausimai, atspindėjimai.

*Trukmė: 45 min. (žr. prieduose).*

## Rekomendacijos, kaip išvengti nesusipratimų kalbant su kitais

(pagal Almonaitienė J. ir kt. rekomendacijas, 2007):

- a. atskirkite tikrus faktus nuo nuomonės. Mes galime sakyti teiginius apie dalykus, kuriuos matome ir nuomonę apie dalykus, kurių nematome, pvz.: „Jis išėjo iš kambario“ – faktas ir „Jis išėjo iš kambario, nes supyko“ – mūsų nuomonė. Todėl geriau yra formuluoti taip: „Jis išėjo iš kambario, nes, manau, supyko“. Kitas pavyzdys. Jeigu mums patinka žmogus ir jo požiūris, pavadinsime jį „tradicišku“, jeigu nepatinka tą patį žmogų pavadinsime „senamadišku“, jeigu patinka žmogus, pavadinsime jį „draugišku“, o jeigu nepatinka – „pliauškaliumi“. Taigi svarbu mokėti atsargiai parinkti žodžius, nes iš mūsų pasakymo galima susidaryti netinkamą nuomonę apie kitą.
- b. taip pat nesusipratimai atsiranda tuomet, kai naudojame žodžius, turinčius kelias reikšmes, prasmes. Kai naudojate tokius žodžius, patikslinkite jų reikšmę. Pvz., „jis yra jautrus žmogus“.



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Tai gali būti suvokta, kaip „jis yra emocionalus, nuolat verkšlenantis žmogus“ arba „jis yra jautrus, t.y. empatiškas žmogus“.

- c. atsargiai naudokite intonaciją. Jeigu tą patį sakinį pasakysite akcentuodami vis kitą žodį, pašnekovas frazę gali suvokti vis kitaip. Pvz., „**Jis** mane myli“, „Jis **mane** myli“, „Jis mane **myli**“. Pirmame variante akcentuojame, kad konkretus žmogus, kurio jausmai mums gali būti svarbūs, yra išsimylėjęs – „aš to taip laukiau ir štai sužinojau, kad JIS mane myli“. Antrame variante svarbiausia yra ne kas myli, bet ką myli – „aš esu svarbi, jis myli būtent MANE“. O paskutinėje frazėje akcentas yra dedamas ant paties jausmo – „neįtikėtina, bet jis MYLI“.
- d. atsargiai parinkite žodžių seką, nuo ko gali priklausyti supratimas. Pvz., palyginkime du apibūdinimus: „Jis yra linksmas, aktyvus, entuziastingas, emociingas, impulsyvus, pavydus“ ir „Jis yra pavydus, impulsyvus, emociingas, entuziastingas, aktyvus ir linksmas“. Atrodo, kad kalba eina apie skirtingus žmones, kur antras gali būti vertinamas neigiamai.
- e. taip pat supraskite, kad abstraktus pasakymas gali būti įvairiai interpretuotas. Pvz., „Tu jau tris kartus per šią savaitę prašai manęs namų darbų, nusirašai ir paduodi mokytojai, kaip savo atliktus. Man tai nepatinka.“ (konkretu ir aišku, kas nepatinka) → „Tu nepadarei namų darbų ir nusirašinėjai“ → „Tu naudojiesi mano gerumu ir esi tinginys. Man tai nepatinka“ (abstraktu).

Šitos trumpos rekomendacijos gali palengvinti bendravimo su kitais procesą ir leisti geriau suprasti kitus bei būti suprastiems.

## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Stereotipai ir išankstinės nuostatos

Kaip ir buvo paminėta anksčiau, efektyviam bendravimui gali trukdyti įvairūs susiformavę stereotipai ir išankstinės nuostatos.

Brander P. ir bendraautoriai (2007) teigia, kad stereotipai susideda iš įsitikinimų ar minčių apie tam tikrą žmonių grupę. Stereotipų tikslas yra supaprastinti realybę pasakant: „jie tiesiog tokie yra“. Tarkime, čigonai yra vagys, moterys yra naivios, žmonės gyvenantys tam tikrame rajone yra pavojingi ir kt. Tačiau ar galime taip apibendrinti? Ar iš tiesų visi čigonai yra vagys, o moterys naivios? Tokio pobūdžio apibendrinimai gali būti klaidingi.

Išankstinė nuostata gali susidaryti remiantis stereotipais. Tai yra nuomonė, kurią susidarome apie kitą žmogų ar kitus žmones gerai jų nepažinodami. Tarkime, susipažinę su turtingų tėvų sūnumi, galime nuspręsti, kad jis yra pasikėlęs. Mes nežinome, koks jis yra, bet iš anksto nusprendžiame apie žmogaus pasikėlimą. Išankstinės nuostatos lyg papildo informaciją, kurios mums trūksta.

#### Praktinis uždavinys

**Pratimas „Pirmieji išpūdžiai“.** Skirtas paanalizuoti, kaip mūsų patirtis daro įtaką mūsų pirmiesiems išpūdžiams.

*Trukmė 30 min. (žr. prieduose).*

Stereotipai ir išankstinės nuostatos turi tam tikrų teigiamų aspektų, pvz., padeda įvertinti mūsų pačių kultūrą, t.y. kuo skiriamės nuo kitų, tačiau turi ir neigiamų - jais pateisinamas elgesys ir diskriminacija kitos kultūros, kitaip atrodančių ir apskritai kitokių žmonių atžvilgiu. Kartais nesinori geriau pažinti žmogaus – lengviau jį vertinti remiantis klaidingomis vyraujančiomis bendruomenėje nuostatomis. Tačiau kiekvienas iš mūsų tikriausiai galėtų prisiminti situaciją, kuomet artimiau susipažinęs su žmogumi pagalvojo: „O aš visiškai kitaip apie jį galvojau“ arba „man atrodė, kad jis yra nuobodus, bet, pasirodo, yra labai įdomus pašnekovas“. Taigi klaidingos išankstinės nuostatos gali trukdyti efektyviai komunikacijai, o draugiškumas, tolerancija, t.y. gebėjimas priimti žmonių skirtumus – yra puiki terpė efektyviam ir produktyviam bendravimui.



**PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113**

*Nekintama nuomonė apie žmogų yra tolygi jo pasmerkimui (A. Suslavičius, 1999)*

**Praktinis uždavinys**

**Pratimas „Lengvas grįžtamasis ryšys“.** Skirtas grupės narių skirtumams ir panašumams išryškinti, daugiau sužinoti apie savo grupės narius bei išmokti aiškiai ir konstruktyviai kalbėti apie kitą ir save. *Trukmė 15 min. (žr. prieduose).*

## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Konfliktinės situacijos ir jų sprendimas

#### Praktinis uždavinys

**Pratimas „Nupiešk namą“.** Tikslas yra pademonstruoti skirtingus žmonių reagavimo į konfliktus būdus. Atpažinti geros komunikacijos svarbą susiduriant su konfliktais. Padėti dalyviams pamatyti jų pačių reakciją į konfliktą.

*Trukmė 20 min. (žr. prieduose).*

Dažnai konfliktai įvyksta dėl to, kad žmonių yra skirtingi tikslai, nuomonės, vertybės. Konfliktas vyksta tuomet, kai yra tikslų, nuomonių, vertybių susidūrimas. Pvz., Jonas ir Tomas yra broliai, kurie susiginčijo dėl paskutinio sulčių pakelio, likusio ant stalo. Broliai gali pradėti ginčytis ir net susipešti tarpusavyje. Tokių pavyzdžių gali būti daugiau, tarkime, Jonui leidžia tėvai važiuoti į vaikų vasaros stovyklą, o Tomui – ne. Panašių konfliktų kyla ne tik šeimoje, bet ir mokykloje tarp mokinių, kieme tarp draugų.

Kartais konfliktai yra painiojami su **patyčiomis**, tačiau tai nėra tas pats. Visų pirma, patyčios yra nemalonios tik patyčias patiriančiajam, o konfliktas nėra malonus abiem pusėms. Taip pat konfliktinėje situacijoje jėgos gali būti apylygės, o patyčiose priekabiaujantis vaikas turi fizinę ar psichologinę jėgų persvarą. Sėkmingas konfliktų sprendimas didina vaikų ir suaugusiųjų socialinę kompetenciją, tačiau patyčios nemokina tinkamų socialinių įgūdžių. Taigi patyčios yra netinkamas ir nepageidaujamas elgesys, o konfliktas yra natūrali žmonių bendravimo dalis.

Iš tikrųjų, ne pats konfliktas nėra pageidautinas, tačiau dažniausiai nepageidautinos yra neigiamos pasekmės, kurios kyla dėl nesprenžiamos ar netinkamai sprenžiamos konfliktinės situacijos. Dažnai dėl konfliktų žmonės nutolsta vieni nuo kitų, lieka skriaudų, nuoskaudų. Sakoma, kad konflikto sprendimas tuomet yra negatyvus. Kai konfliktas išsprendžiamas konstruktyviai, abi šalys yra patenkintos, jaučiasi laimėtojai. Draugai, teigiamai išsprendę konfliktą, gali jaustis labiau vienas kitą suprantantys, artimesni vienas kitam ir jų draugystė gali sustiprėti. **Konstruktyviam konflikto sprendimui reikia mokėti** valdyti kylantį pyktį, išklaustyti ko nori kitas. Išklaustyti, ko nori kitas nėra lengva. Gali atrodyti, kad ir taip aišku, ko nori. Tačiau konfliktinėse situacijose dažniau yra išsakoma tam tikra pozicija, o ne tikri norai ir poreikiai.



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Galima panagrinėti pavyzdį, kuomet du broliai Jonas ir Tomas susiginčiojo dėl paskutinio sulčių pakelio.

Broliai gali išspręsti konfliktą skirtingais būdais:

- a. Vienas iš jų atima sultis. Tokiu būdu kitas lieka pralaimėjęs.
- b. Vienas pasiaukoja ir atiduoda sulčių pakelį broliui. Tokiu būdu vėlgi vienas lieka pralaimėjęs.
- c. Mama gali uždrausti imti sultis ir nunešti jas sergančiai močiutei, tokiu atveju abu jausis pralaimėję.

Kaip gi konstruktyviai galima būtų išspręsti šį ginčą? Reikia išsiaiškinti vienas kito *tikrus* norus ir poreikius. Jonas gali paklausti Tomo: „*Kam Tau reikia sulčių? Aš tai esu labai ištroškęs.*“ Tomas gali atsakyti: „*O man yra reikalingas pats pakelis, nes noriu pakabinti kieme inkilą žvirbliams.*“

Šis pavyzdys rodo, kaip abi konfliktuojančios pusės gali likti laimingos - Tomas paima pakelį, o Jonas geria sultis.

Iš tiesų gyvenime, dažnai būna taip, kad neišsiaiškinę tikrų poreikių ir norų stipriai susipykstame, nors sprendimas gali būti žymiai lengvesnis, negu atrodo iš pirmo žvilgsnio. Pateiktoje situacijoje abu broliai liko patenkinti, abu laimėjo. Tai ir yra **bendradarbiavimo** strategijos pavyzdys.

### Praktinis uždavinys

Bendradarbiavimo strategijos naudojimas. Dalyviai dalinami į dvi grupes, kur viena grupė yra farmacininkų kompanija, o kita grupė – kosmetikos firma. Abi grupės turi iš Vievio paukštyno nupirkti 1000 kiaušinių. Ir vieniems ir kitiems reikia būtent tokio skaičiaus. Abi grupės turi išspręsti konfliktą su sąlyga - jie negali pasidalinti (pvz., negalima, kad viena komanda paima pusę kiaušinių, o kita dalis atitenka kitai komandai). Atsakymas: reikia išsiaiškinti tikrus norus ir poreikius, nes farmacininkams reikia kiaušinių lukštų (kalcis), o kosmetikos firmos atstovams – baltymo ir trynio (plaukų produktams ir kaukėms veidui).

*Trukmė 30min.*



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

**Bendradarbiavimas** yra būtinas kai yra siekiama bendro tikslo. Dažnai dviems arba keliems žmonėms atlikti darbą yra žymiai lengviau nei vienam – galima pasidalinti darbais ir greičiau pasiekti tikslo. Gali atrodyti, jog yra paprasčiau viską padaryti individualiai – niekas nenurodinėja, nereikia taikytis prie kitų, bet akivaizdu, kad toks požiūris rodo nemokėjimą bendradarbiauti.

Mokiniam tenka bendradarbiauti su kitais moksleiviais atliekant mokytojų pateiktas užduotis, ruošiantis popamokinei veiklai, taip pat tenka bendradarbiauti su pačiais pedagogais mokykloje atliekant bendras veiklas. Jeigu žmogus siekia patenkinti tik savo poreikius, neatsižvelgdamas į kitus, siekia dominuoti, toks elgesys stabdo sėkmingą bendradarbiavimą. Taip pat žmogaus pasyvumas, nenoras padėti kitam, gali turėti panašių pasekmių – tampa sunku siekti norimo rezultato. Taigi sėkmingam bendradarbiavimui yra reikalingi jau aptarti įgūdžiai: mokėjimas išklaudyti, taip pat tinkamai pateikti bei perduoti informaciją, gebėjimas konstruktyviai spręsti konfliktus, buvimas empatišku bei noras padėti kitam.

### Praktinis uždavinys

**Pratimas „Sprogimas“** bendradarbiavimui ugdyti.

*Trukmė: 15 min. (žr. prieduose).*



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

## Literatūros sąrašas:

- Almonaitienė J., Antinienė D., Ausmanienė N., Lekavičienė R., Matulienė G., Ruibytė L., Vasiliauskaitė Z. Kaunas. 2007.
- Brander P., Cardenas C., Abad J., Gomes R., Taylor M. Metodinis rinkinys „Visi skirtingi-visi lygūs“. 2007.
- Kestner Bowman. The conflict resolution training program. Jossey-Bass. San Francisco. USA. 2002
- Konfliktai ir bendravimas. Vadovas po konfliktų valdymo labirintą. Vilnius. 1996.
- Lietuvos konfliktų prevencijos centras ir asociacija. Konflikto valdymas. Vilnius. 1996
- Suslavičius A. Socialinė psichologija. Vilnius. 1998.
- Sturlienė N. Tiltai. Paauglių socialinių įgūdžių ugdymo programa. Kaunas. 2007.



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

***BENDRAVIMO MENO  
IR  
BENDRADARBIAVIMO UGDYMO  
METODIKOS***

*Tikslinė grupė: jaunimo organizacijos „Lukšiečiai“  
atstovai*

***PRIEDAS***

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

## Praktiniai uždaviniai

### Pratimas „*Mimikų grandinė*“

Tai imitacinis pratimas, paremtas mimikomis, skirtas paaiškinti kas yra neverbalinė komunikacija. Pratimas paimtas iš knygos „101 žaidimai vedėjams“

(„101 games for trainers“ Pike B., Busse Ch., 1995).

*Trukmė: 20 min.*

### Instrukcijos vedančiajam:

1. pakvieskite du savanorius, o kitų dalyvių paprašykite palikti kambarį.
2. paaiškinkite pasilikusiai porai, kad šio žaidimo tikslas yra pavaizduoti tokią mimiką, kurią turės stebėti ir nukopijuoti kita pora. Paprašykite juos pasirinkti temą (mimiką). Jei jie nieko nesugalvoja, parinkite vieną mimiką iš žemiau pateikto sąrašo.
3. kai jie keletą kartų pasipraktikuoja, pakvieskite kitą porą į kambarį, kuri turės stebėti pirmosios poros vaizduojamą mimiką. Užtikrinkite, kad pirmos ir antros poros dalyviai tarpusavyje nesikalbėtų.
4. paskui pirma pora atsisėda kur nors kambario pakraštyje, kol antra pora vaizduoja mimiką trečiajai, ir t.t., kol prieinama iki paskutinės poros. Ši pora turi atspėti, ką mimika reiškia.

### Aptarimas

aptarkite, kaip mimika pasikeitė ir kodėl.

### Galimos mimikos:

Vedybų fotografijos.

Šuns vedžiojimas.

Laiško diktavimas.

Pasikeitimas gimtadienio dovanomis.

Batų blizginimas.

Dviračio valymas.



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

\*\*\*

### Klausymo-nesiklausymo pratimas

Pratimas skirtas aktyvaus klausymo svarbai atskleisti. Rekomenduojama jį daryti prieš pristatant aktyvaus klausymo teoriją.

*Trukmė: 20 min.*

### Instrukcijos vedančiajam:

Grupės dalyviai suskirstomi poromis. Vienas yra pasakotojas, kitas – klausytojas.

Pasakotojams duodama instrukcija kalbėti klausytojams kokia nors tema pora minučių. Pokalbiai vyksta 4 kartus.

### Klausytojams duodamos 4 skirtingos instrukcijos:

1. Atidžiai klausytis pasakotojo.
2. Nesiklausyti pasakotojo.
3. Trukdyti pasakotojui (pertraukinėti, užduoti netikėtus klausimus ir pan.).
4. Iš pradžių klausyti pasakotojo, o paskui – nebesiklausyti.

### Aptarimas

Keliami tokie klausimai:

- Kaip galima parodyti kitam žmogui, kad jo klausaisi?
- Kas rodo, kad kitas žmogus tavęs nesiklauso?
- Kaip sekėsi pasakoti skirtingose situacijose – kai tavęs klausosi, nesiklauso, trukdo ir t.t.?
- Koks klausytojo elgesys padeda pasakoti, o koks – trukdo?



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Apibendrinimas:

1. Klausytis padeda ir klausymąsi rodo trumpi patvirtinamieji žodeliai: “Taip”, “Mhmm”, “Tęsk” ir pan, o taip pat – neverbaliniai ženklai: linkčiojimas galva, dėmesingas žvilgsnis ir pan.
2. Kai kalbame akivaizdžiai, daug reiškia įvairūs neverbaliniai ženklai.
3. Pasakotojui lengviau pasakoti ir atsiskleisti, kai klausytojas parodo, jog klausosi jo.

\*\*\*



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Pratimas „Šnabždesiai“

Skirtas klausymosi įgūdžių lavinimui. Pratimas paimtas iš knygos „101 žaidimai vedėjams“ ( „101 games for trainers“ Pike B., Busse Ch., 1995).

*Trukmė: 40 minučių.*

### Instrukcijos vedančiajam:

1. paaiškinkite, kad jūs ketinate paprašyti visų dalyvių išskyrus vieną, palikti kambarį, ir, kad jūs likusiam dalyviui tada kažką papasakosite. Paskui į kambarį turės įeiti vienas dalyvis, buvęs už durų. Tas, kuris buvo likęs kambaryje su grupės vedėju, turi perpasakoti išgirstą istoriją į kambarį įėjusiam asmeniui. Pastarasis turi perpasakoti išgirstą istoriją, sekančiam dalyviui, kuris įeis į kambarį. Taip pratimas tęsiamas, kol istoriją išgirsta paskutinis grupės narys.
2. istorija, kurią jūs pasakosite turi būti ne ilga, tačiau joje turi būti tam tikrų detalių (vardų, skaičių, datų...).
3. pratimo pabaigoje paprašykite dalyvių, kad jie užrašytų, kaip istorija skiriasi nuo tos versijos, kurią jie girdėjo. Ko nebuvo pasakyta, kas buvo pridėta, o kas buvo pakeista?
4. papasakokite istoriją dar kartą visai grupei ir praveskite diskusiją apie pokyčius, kurie atsirado.

\*\*\*





## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Pratimas „Lego“

Pratimas skirtas parodyti, koks svarbus klausytojo vaidmuo bendravime. Atliekant šią užduotį galima suprasti, kokį svarbų vaidmenį bendravime atlieka pasitikslinimai, perklausimai, atspindėjimai.

*Trukmė: 45 min.*

### Priemonės:

ne mažiau 4 poros vienodų lego rinkinėlių, sudėtų į vokus.

### Instrukcijos vedančiajam:

Grupės dalyviai suskirstomi į mažas grupes po 3 žmones: informacijos siuntėjas, informacijos gavėjas ir stebėtojas. Besikeičiantys informacija asmenys susėda nugaromis. Abu bendraujantys dalyviai gauna po vienodą lego konstruktoriaus rinkinį.

### Užduotis informacijos siuntėjui:

sudėti modelį iš lego kaladėlių ir kuo aiškiau pasakoti informacijos gavėjui apie konstravimo procesą (kokią detalę prie kokios deda ir t.t.).

### Užduotis informacijos gavėjui:

1. Sudėti modelį iš lego kaladėlių, atitinkantį informacijos siuntėjo dedamą modelį, aiškinantis gaunamą informaciją (galima klausti, jei ko nesupratai, tikslintis ir pan.).
2. Sudėti modelį iš lego kaladėlių, atitinkantį informacijos siuntėjo dedamą modelį, nesiaiškinant gaunamos informacijos (informacijos gavėjas tiesiog tylėdamas vykdo gaunamas instrukcijas).

### Užduotis atliekama 2 kartus.

Kai atliekama viena užduotis, grupelės nariai trumpai tarpusavyje aptaria, kaip sekėsi, palygina informacijos siuntėjo ir gavėjo sudėtas figūreles. Antros užduoties atlikimui trijulėse esantys asmenys apsikeičia vaidmenimis.



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Aptarimas

- Bendri išpūdžiai. Kaip sekėsi sudėti modelį? Kiek panašiai gavosi?
- Kaip sekėsi vienu ir kitu atveju – kai galėjo aiškintis gaunamą informaciją ir kai negalėjo?
- Informacijos gavėjo rolė. Kuo ji skiriasi, kai gali tikslintis gaunamą informaciją ir kai negali?
- Informacijos siuntėjo rolė – kuo ji skiriasi, kai informacijos gavėjas tikslinasi gaunamą informaciją ir kai nesitikslina?
- Ko galėtume pasimokyti iš šio pratimo?

Aptarimo metu prašyti pasisakyti visų dalyvavusių – ir klausytojų, ir vedančiųjų, ir stebėtojų.

\*\*\*



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Pratimas „Pirmieji išpūdžiai“

Skirtas paanalizuoti, kaip mūsų patirtis daro įtaką mūsų pirmiesiems išpūdžiams. Paimta iš metodinio rinkinio „Visi skirtingi – visi lygūs“.

*Trukmė 30min.*

#### Pasiruošimas:

- išrinkite iš žurnalų žmonių, kurių įdomūs veidai, nuotraukų;
- iškirpkite veidus ir priklijuokite lapo viršuje, palikdami daug vietos apačioje.
- turėsite paruošti kiekvienam dalyviui po vieną lapą su nuotrauka
- išdalykite kiekvienam dalyviui po pieštuką.

#### Instrukcijos vedančiajam:

1. Paprašykite dalyvių susėsti ratu ir išdalykite kiekvienam po lapą.
2. Paprašykite jų pažiūrėti į nuotrauką ir užrašyti savo pirmąjį išpūdį apie žmogų LAPO APAČIOJE.
3. Tuomet paprašykite jų užlenkti tą lapo dalį, kad niekas nematytų, ką jie užrašė, ir persiųsti lapą kitam žmogui.
4. Paprašykite žaidėjų pažvelgti į kitą nuotrauką ir užrašyti jų pirmąjį išpūdį lapo apačioje. Tuomet vėl liepkite perduoti lapą kitam žaidėjui.
5. Kartokite, kol visi lapai apkeliaus visus žaidėjus.
6. Atlankstykite lapus ir leiskite kiekvienam palyginti skirtingus „pirmuosius išpūdžius“.



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Apibendrinimas ir įvertinimas

Aptarkite situaciją ir tai, ko išmokote:

- kaip grupė;
- kas nustebino;
- kas labiausiai lemia pirmąjį išpūdį;
- papasakokite ir pasidalykite pavyzdžiais, jeigu jūsų pirmasis išpūdis visiškai skyrėsi nuo kito žaidėjo išpūdžio;
- koks išėjo rezultatas;
- ką šis užsiėmimas atskleidė apie mus pačius.

### Patarimai vedančiajam:

Prieš pradėdamas įsitikinkite, ar visi suprato taisykles. Būtų gerai pademonstruoti, kur žaidėjai turi rašyti ir kaip užlenkti lapą. Lapai ratu turėtų būti perduodami gana greitai. Neleiskite žmonėms per ilgai galvoti, nes jums reikia jų pirmojo išpūdžio. Išžymybių nuotraukų geriausia būtų neparinkti. Pasistenkite įtraukti kuo įvairesnių žmonių: skirtingo amžiaus, kultūrų, etninių grupių, sugebėjimų, neįgalumo ir t. t. Būkite pasiruošę piktiems argumentams, išsakytiems dėl tam tikrų požiūrių. Dėl grupės dydžio komentarai ne visada gali būti anonimiški. Neleiskite žaidėjams kritikuoti vieniems kitų dėl turimos nuomonės, diskusijoje susitelkite ties konstruktyviais komentarais.

\*\*\*



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

### Pratimas „*Lengvas grįžtamasis ryšys*“

Skirtas grupės narių skirtumams ir panašumams išryškinti bei išmokti aiškiai ir konstruktyviai kalbėti apie kitą ir save.

*Trukmė 15min.*

#### Instrukcijos vedančiajam:

1. suskirstyti dalyvius poromis. Partneriai turi vienas kitą pažinoti.
2. partneriai atsisėda vienas priešais kitą ir kurį laiką tyliai žiūri vienas kitam į akis.
3. paskui vienas dalyvis trijų minučių bėgyje pasakoja kitam, kuo jie, jo nuomone, yra panašūs. Jis pradeda sakinį tokiais žodžiais: “Aš panašus į Tave, nes, kaip man atrodo,...” (mes abu darbštūs, mes abu esame vyriausi vaikai savo šeimose, mes abu esame aukšto ūgio ir kt). Kai vienas dalyvis kalba, kitas tylėdamas jo klauso ir nieko nekommentuoja. Po trijų minučių partneriai keičiasi vaidmenimis.
4. paskui partneriai kalbasi apie savo skirtumus. Šiuo atveju sakinį reikia pradėti žodžiais: “Aš ne toks kaip Tu, nes...” (aš vyresnis, aš uždaro būdo, o su Tavimi lengva bendrauti ir kt). Čia taip pat kalba tik vienas dalyvis, o kitas tyli ir įdėmiai klauso. Po trijų minučių apsieikiama vaidmenimis.

#### Aptarimas porose

Partneriai gali kartu nustatyti:

- Kur jų nuomonės ir gyvenimiškos pozicijos sutampa?
- Ką naujo kiekvienas sužinojo apie savo partnerį?

#### Aptarimas grupėje

- Ką buvo malonu išgirsti apie save, o ką buvo sunku priimti?
- Ką buvo lengva pasakyti apie kitą, o ką sunku?
- Kokiais pasakymais galima įžeist kitą?

*Negaišk laiko patyčioms! Tu gali KURTI*

## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

- Kaip reikia kalbėti, kad kitas neliktų nepatenkintas ar įžeistas?

### Pratimas „Nupiešk namą“

Tikslas yra pademonstruoti skirtingus žmonių reagavimo į konfliktus būdus. Atpažinti geros komunikacijos svarbą susiduriant su konfliktais. Padėti dalyviams pamatyti jų pačių reakciją į konfliktą.

Trukmė 20min.

### Instrukcijos vedančiajam:

dalyviai dalinasi į poras, jiems uždrausta šnekėtis tarpusavy, duodamas baltas lapas ir vienas pieštukas ir prašoma nupiešti vieną namą.

Po poros minučių, arba kai visi jau turi į namą panašų piešinį, paprašyti dalyvių padėti rašymo priemonės. Paprašykite dalyvių laikyti savo piešinius ir padiskutuoti, ką jie nupiešė.

Užuominos **diskusijai ( 3min. )**:

1. Ar išėjo tai, ko tikėjotės?
2. Kas kontroliavo piešimą?
3. Ar lengva buvo dirbti?
4. Kaip pradėjote piešti?
5. Ką darėte, kai vienas iš jūsų norėjo piešti vienu būdu, o kitas kitu?
6. Kaip bendravote nekalbėdami?
7. ar kuris nors iš jūsų leido kitam priimti sprendimą? Kodėl taip darėte?

### Aptarimas

Diskusija grupelėse:

1. Pasakyti: „Šis užsiėmimas sukėlė vieniems mažesnę, kitiems didesnę konfliktą. Kokios buvo konflikto priežastys užsiėmimo metu?“ Pažymėkite atsakymus ant „flip charto“
2. Pasakyti: „kokie dalykai būtų padėję sumažinti konfliktą užsiėmimo metu?“
3. Pasakyti: „Daugelis dalykų, kuriuos pažymėjote, sukelia bendravimo konfliktus kasdienėse situacijose? Ar pastebėjote panašumų, tarp to kaip jūs tvarkėtės su konfliktu užsiėmimo metu ir kaip tai darote kasdienėse situacijose?“



## PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

\*\*\*

### Pratimas „Sprogimas“

bendradarbiavimui ugdyti.

Trukmė: 15 min.

### Instrukcija vedančiajam:

Dalyviai visi kartu nuvedami į patalpą iš kurios jie turės grįžti atgal. Čia jiems paaiškinama, kad įvyko sprogimas ir jie visi yra sužeisti. Jų užduotis: vaidinant savo sužeidimą ar negalią, kuri bus nurodyta kiekvienam atskirai duotame lapelyje, nukeliauti į „ligoninę“, atgal į auditoriją. Kiekvienam dalyviui duodamas lapelis, kuriame parašytas jo sužeidimas. Kai žmogus perskaito, tuoj pat turi įsijausti į esamą rolę, pvz. netekęs sąmonės dalyvis negali niekam pranešti, kad jis be sąmonės ir t.t. Gali būti tokie sužeidimai kaip: neteko sąmonės, tapo nebyliu, apako ir tapo nebyliu, tapo suparalyžiuotu ir apako, tapo nebyliu ir negali valdyti kairės kojos, suparalyžiavo kairę pusę ir nekalba, nevaldo kojų ar rankų. Jeigu grupė didesnė, tuos pačius sužeidimus galima priskirti keliems žmonėms.

### Aptarimas:

Kaip nuvykote į ligoninę?

Kurie žmonės padėjo kitiems?

Ką išmokote iš šio pratimo?

Kaip jautėtės jums priskirtame vaidmenyje?

Ar veikėte kaip grupė, ar kiekvienas už save?

Kuris vaidmuo jums būtų buvęs sunkiausias. Kodėl?

Ką sužinojote apie save iš šio pratimo?

Ką sužinojote apie savo grupę?

Labai svarbus aptarimas, nes dažnai būna taip, kad visi nueina net nesusimąstę apie pagalbą kitam. Taip pat svarbu aptarti, ką darė žmogus, galėjęs ir kalbėti, ir matyti. Tokioje situacijoje jis turėtų tapti lyderiu ir suorganizuoti bendrą išsigelbėjimą.