„EMPROVE“metodas

Turinys

[1. „EMPROVE“ patarėjas 2](#_Toc496631751)

[2. Įgalinimas 3](#_Toc496631752)

[3. Internetinė platforma, paremta mokymosi per žaidimus teorija 4](#_Toc496631753)

[4. Pagrindinės priemonės 5](#_Toc496631754)

Tikslas:

Mes, „EMPROVE“ komanda, žinome, kad kiekvienas profesionalas, dirbantis su smurtą artimoje aplinkoje patyrusiomis moterimis, prie mūsų projekto prisijungia atsinešdamas savo patirtį – mes tai labai vertiname ir *dėkojame* jums, kad į savo gausų repertuarą įtraukėte „EMPROVE“ metodą. Sujungę mokslą ir praktiką, sukūrėme metodą, kurį sudaro dvi pagrindinės priemonės: internetinis mokymasis, paremtas **mokymosi per** **žaidimus teorija** ir **įgalinimu**,siekiant padidinti ilgalaikę jūsų klienčių motyvaciją tobulėti ir judėti link didesnės ekonominės bei socialinės nepriklausomybės ir gerovės.

Šiuo planu norime įsitikinti, jog jūs „pajutote“ „EMPROVE“ metodą ir *gerai žinote visus šio inovatyvaus metodo privalumus.*

Žinome, kad į savo darbą įtraukiant naują priemonę/metodą reikia stiprios asmeninės motyvacijos, todėl pateikėme *svarbiausius išteklius*, kuriais galite naudotis taikydami „EMPROVE“ metodą.

Atminkite, kad „EMPROVE“ komanda yra visada pasirengusi jums padėti bet kuriuo metu! Jei turite klausimų ar idėjų, susisiekite su mumis elektroniniu paštu [hello@olgamineva.com](mailto:hello@olgamineva.com). Dėkojame, kad tapote šio inovatyvaus metodo, kuriuo siekiama padėti smurtą artimoje aplinkoje patyrusioms moterims, dalimi!

# „EMPROVE“ patarėjas

**Pagrindiniai principai:**

Yra keletas pagrindinių bendrųjų gebėjimų, kuriuos galėtume išvardinti šiame skyriuje, pvz., aktyvus klausymasis, empatija ir kt., tačiau neabejojame: *jei savo rankose laikote šį vadovą, vadinasi, esate patikimos* organizacijos arba asociacijos narys, „EMPROVE“ konsorciumo ar kito kvalifikuoto specialisto partneris ir turite šiuos pagrindinius įgūdžius, kurių reikia norint sėkmingai dirbti su smurtą artimoje aplinkoje patyrusiomis moterimis. Su jumis pasidalinsime keturiais pagrindiniais principais, kurie yra „EMPROVE“ metodo pagrindas ir užtikrina, jog visos kitos metodo dalys tikrai veikia. Keturi pagrindiniai principai yra šie:

**„EMPROVE“ metodo tikslai:**

1. įgalinti – padėti klientei atrasti visas savo stipriąsias puses ir resursus;
2. skatinti ekonominę nepriklausomybę;
3. motyvuoti klientę, skatinti jos tolesnę asmeninę motyvaciją;
4. padėti ieškoti darbo.

# Įgalinimas

Mūsų supratimas apie įgalinimą – tai moterų **vidinės jėgos ir stiprybės** pripažinimas, padedant joms **atpažinti ir suvokti** savo gebėjimus, **tikint** moterimis kiekviename žingsnyje, **skatinant jas įsivaizduoti ir dirbti** vardan geresnės jų ateities.

Tikime, kad įgalinimas veikia vidinius žmonių troškimus ir padeda jiems išnaudoti savo vidinę stiprybę siekiant sėkmingų pokyčių. Tai suteikia pojūtį, jog žmogus valdo savo gyvenimą.

Be to, akivaizdu, kad yra ryšys tarp įgalinimo ir

* + *didesnės motyvacijos;*
  + *didesnio įsipareigojimo atlikti užduotį;*
  + *didesnės iniciatyvos vykdant savo įsipareigojimus;*
  + *didesnio atkaklumo susidūrus su kliūtimis ir nesėkmėmis;*
  + *daugiau inovacijų ir mokymosi;*
  + *didesnio optimizmo.*



Įgalinimą sudaro keturi pagrindiniai komponentai: **prasmė, kompetencija, apsisprendimas** ir **poveikis.**

1. **Prasmė** yra „įgalinimo variklis.“ Ji yra susijusi su asmeninės svarbos pojūčiu.
2. **Kompetencija** reiškia tikėjimą kito žmogaus įgūdžiais ir sugebėjimais bei pasitikėjimą juo; tikėjimą, kad asmuo gali priimti reikiamus sprendimus.
3. **Apsisprendimas** apibūdina tai, kiek žmogus yra laisvas pasirinkti, kaip jis nori inicijuoti arba atlikti tam tikrą užduotį. Tai yra autonomijos lygmuo ir nepriklausomybės bei kontrolės jausmas.
4. **Poveikis** yra susijęs su įsitikinimu, kad žmogus gali daryti įtaką užduoties rezultatams. Suvokimas, jog galima kontroliuoti tai, kas vyksta aplinkoje.

(*Taip pat žr. Spreitzer, 1995*)

Taigi, „EMPROVE“ metodas yra glaudžiai susijęs su smurtą artimoje aplinkoje patyrusių moterų įgalinimu ir siekia pagilinti jų individualų suvokimą apie prasmę, kompetenciją, apsisprendimą ir poveikį.

# Internetinė platforma, paremta mokymosi per žaidimus teorija

|  |
| --- |
| * Резултат с изображение за lightbulbŽaidimai turi unikalią savybę **ilgam patraukti žmonių dėmesį,** vystyti jų potencialą bei **kurti prasmingus santykius tarp žmonių** ir žmonių grupių. * Žaidimai yra orientuoti į **produktyvumo** didinimą bei **elgesio pokyčius.** |

Mokymasis per žaidimus dažniausiai apibūdinamas kaip žaidimo elementų ir žaidimo kūrimo būdų naudojimas su žaidimais nesusijusiuose kontekstuose.

Dabartinio projekto atveju, mokymasis per žaidimus ir veiksmingas jo poveikis yra pasiekiami naudojant internetinę platformą, siekiant **įtraukti moteris, patyrusias smurtą artimoje aplinkoje, į ilgalaikę įgalinimo kelionę.** Į šią kelionę įeina įvairių internetinių ir realių misijų sprendimas bei pasiekimai, taip pat – tiesioginiai susitikimai su patarėju, skatinant smurtą artimoje aplinkoje patyrusių moterų pasitikėjimą savimi,

|  |
| --- |
| Mokymosi per žaidimus metodo sėkmė slypi pagrindiniuose jo principuose, kurie yra susiję su motyvaciniais veiksniais. Žemiau išvardinti motyvaciniai veiksniai yra būdingi daugeliui žmonių:   * Резултат с изображение за lightbulbepinė reikšmė ir didesnis, labiau įkvepiantis tikslas; * vystymasis ir kvalifikacija; * kūrybiškumo įgalinimas; * nuosavybė ir valdymas; * socialinė įtaka ir ryšys; * nenuspėjamumas ir smalsumas.   *Yu-Kai Chou (2015)* |

Projektas „EMPROVE“ į mokymo procesą įtraukia mokymąsi per žaidimus, siekiant **padidinti nuolatinį konsultuojamų moterų įsitraukimą, jų vidinę motyvaciją ir įgalinimą.**

Šio inovatyvaus metodo privalumai:

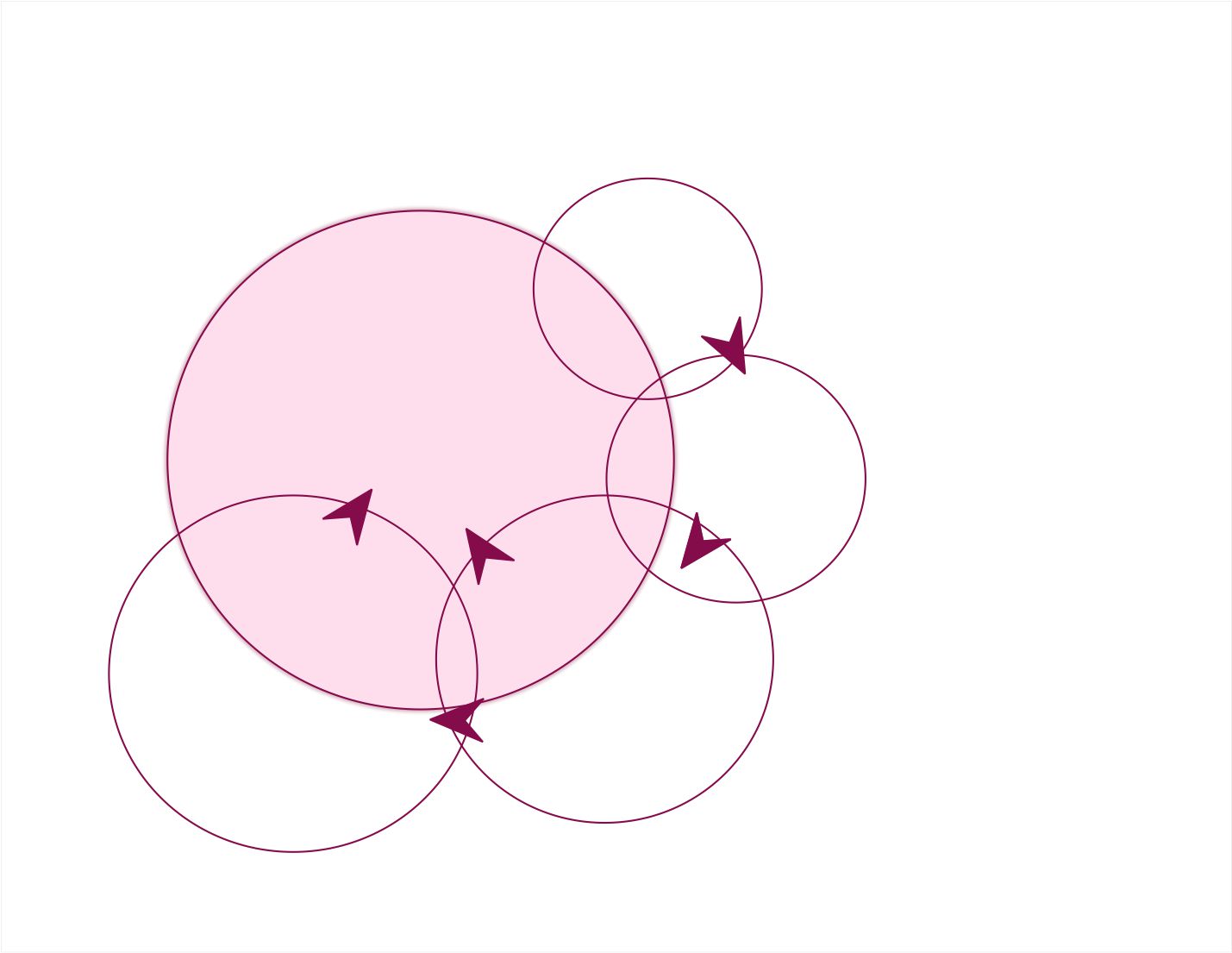
* padidėjęs ilgalaikis įsitraukimas;
* geresni tarpasmeniniai santykiai;
* geresnis bendradarbiavimas, našumas, žinios ir pasitenkinimas;
* patobulėjusios inovacijos ir kūrybiškumas;
* spartesnis mokymasis.

# Pagrindinės priemonės

1. **VIDINĖS PRIEMONĖS**

**„EMPROVE“ metodas yra intuityvus ir lengvai įgyvendinamas: svarbiausi ištekliai, kurių jums reikia, yra jumyse.**

* Savirefleksija

Tik pasiekę refleksinę kompetenciją (jūs ir jūsų klientė) galėsite pereiti įvairius apsikeitimo žiniomis ir kompetencijomis lygius bei išvengti nesąmoningų klaidų. 

**sąmoninga nekompetencija**

**nesąmoninga nekompetencija**

nekomp

**Veiksmas, atliekamas savaime, neįdedant pastangų**

keitimasis žiniomis

pasitenkinimas

ignoravimas

nesąmoningos klaidos

**Nežinojimas**

**Žinojimas**

**Iššūkis ir nusivylimas**

**Smalsumas išmokti naujų dalykų**

**sąmoninga   
kompetencija**

**nesąmoninga   
kompetencija**

**Pastangos**

**Grįžtamasis ryšys**

**Informacijos kaupimas**

**refleksinė kompetencija**

**Praktika**

**Nuolatinis dalinimasis savo patirtimi norint augti**

Asmens įgalinimas

**ĮGALINTI ŽMONĖS ĮGALINA!** (Spreitzer, 1995)

*Norėdami sėkmingai įgalinti kitus, turite tikėti savo kompetencija ir poveikiu, žinoti, ką darote ir ryžtingai to siekti.*

* Kognityvinio šališkumo mažinimas

Yra įrodyta, kad tiesiog žinodami apie savo kognityvinį šališkumą (išankstinį kognityvinį nusistatymą), kurį jūsų smegenys naudoja apdorodamos informaciją, jūs jau padidinate tikimybę „sugauti“ tokias situacijas ir neleisti joms daryti įtakos jūsų požiūriui ir sprendimams. Tai yra ypač svarbu atsižvelgiant į tai, jog dirbdami su smurtą artimoje aplinkoje patyrusia moterimi turite ne tik žinoti apie savo kognityvinį šališkumą, bet ir stengtis jį „sugauti“ ir pašalinti.

Užmeskite akį į šias savaiminio mokymosi kognityvinio šališkumo korteles: <https://medium.com/tradecraft-traction/flashcards-to-learn-168-cognitive-biases-4c37f3418f15>

* PAŽAISKITE! Žemiau esančioje nuorodoje yra pateikiama šiek tiek mokslo, kuris padės jums save motyvuoti bei įneš daugiau žaismingumo į jūsų gyvenimą:
* <https://www.ted.com/talks/steve_keil_a_manifesto_for_play_for_bulgaria_and_beyond/transcript>

1. **IŠORINĖS PRIEMONĖS**

**Mūsų psichologų ir patarėjų komanda iš visos Europos susitelkė ir, pasitelkusi savo patirtį, surinko reikiamą medžiagą, kad padėtų jums įgyvendinti „EMPROVE“ metodą.**

1. Pirmosios pagalbos rinkinys, kurį galite atsisiųsti nemokamai, apsilankę svetainėje [www.emproveproject.eu](http://www.emproveproject.eu)
2. „EMPROVE“ internetinė platforma, paremta mokymosi per žaidimus teorija:
   1. suteikia prieigą prie internetinių mokymosi misijų;
   2. vieta, skirta „EMPROVE“ bendruomenei internete.
3. Platformoje esanti mokomoji medžiaga su misijomis, į kurią įeina tokios temos:
   1. savivertė
   2. tikslų nusistatymas
   3. bendravimo įgūdžiai
   4. emocinis intelektas
   5. asmeninė mąstysena
   6. darbo rinka.