

# Stigmy medis



## Mokymosi tikslai

- Skatinti diskusijas apie išankstines nuostatas: jų kilmę, poveikį ir išlikimą.
- Didinti sąmoningumą apie galimybes paneigti stereotipus.
- Mokyti per žaidimus ir menines veiklas.



## Dalyviai

Šios veiklos tikslinė **grupė yra 14-18 metų** amžiaus jaunimas. Dalyviai bus suskirstyti į kelias grupes po **8 žmones**. Norint sukurti medį, būtinas visų dirbtuvių dalyvių bendradarbiavimas.



## Reikalingos priemonės

- Kartonas.
- Dideli popieriaus lapai.
- Kreidelės, dažai ir markeriai.
- Klijai.
- Virvės gabalėliai.
- Žirkklės.



## Dirbtuvių (veiklos) trukmė

Veikla susideda iš dviejų dalių. Pirmoji dalis – medžio paruošimas, antroji – stereotipų ir juos paneigiančių sakinių rašymas ant kortelių. Visai užduočiai atlikti rekomenduojama skirti apie 2 valandas, įskaitant apibendrinimą.



# Dirbtuvių (veiklos) aprašymas

**1 „Išjudėjimo žaidimas (enerdžaizeris)“** - užsiėmimą pradėkite nuotaikingu žaidimu, kurio tikslas – išjudinti ir įtraukti dalyvius.

Pavyzdys: veidrodinis atspindys

Dalyviai suskirstomi poromis. Kiekviena pora pasirenka, kas bus „veidrodis“ ir stengiasi atkartoti savo partnerio judesius. Po tam tikro laiko poros keičiasi vaidmenimis.

**2 Apšilimo veikla**

Dalyviai sėdi poromis ir užrašo žodžio „stereotipas“ apibrėžimą. Tada jie susiburia į komandas po keturis ir parengia vieną bendrą apibrėžimą. Kitame etape aštuonių žmonių komandos, remdamosi visais ankstesniais apibrėžimais, kuria šio raktinio žodžio supratimą. Po to, grupės pristato savo stereotipo apibrėžimus.

**3 Pagrindinė veikla**

Dalyviai suskirstomi į grupes. Jų užduotis - sukurti stigmų medį, naudojant popieriaus lapus, žirkles, kreidelės ir kitas esančias priemones. Vienoje kartono pusėje užrašomi išankstiniai nusistatymai, kitoje pusėje - tiesa, kuri paneigia stereotipą. Kitas žingsnis - pakabinti kartonus ant medžio. Nuo pačių dalyvių priklauso, kiek pavyzdžių jie sukurs, apribojimo nėra. Kiekviena grupė pasirenka medžio spalvas ir kortelių dizainą.

**4 Apibendrinimas**

Kiekviena grupė apžiūri kitų komandų sukurtus medžius. Įvertinama, ar pastebėti ir užrašyti stereotipai panašūs, ar jie sėkmingai paneigė klaidingus įsitikinimus. Pabaigai vykdykite diskusiją apie stereotipų žalą psichikos sveikatai ir jų populiarumą.

Galite pasitelkti keletą naudingų klausimų:

1. Kaip pastebėti išankstines nuostatas ir kaip jų išvengti?
2. Kas, jūsų nuomone, labiausiai kenkia stereotipams?
3. Kokį poveikį stereotipai gali turėti psichikos sveikatai?
4. Kokie būdai padeda paneigti stereotipus?

